

## Comment prendre vos mesures? 1/2



**1. Tour de poitrine:**  
à prendre sur la poitrine



**2. Tour de taille:**  
à prendre au plus creux de la taille



**3. Tour de bassin (fesses):**  
à prendre au plus large en passant sur les fesses



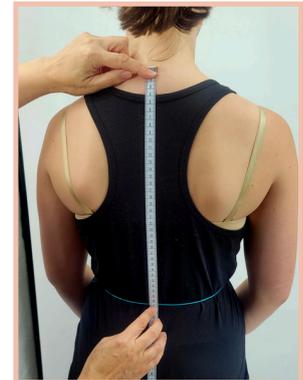
**4. Carrure Devant:**  
à prendre entre les 2 aisselles devant



**5. Carrure Dos:**  
à prendre entre les 2 aisselles dos



**6. Hauteur devant:**  
à prendre à la base du cou jusqu'à le taille en passant par la poitrine

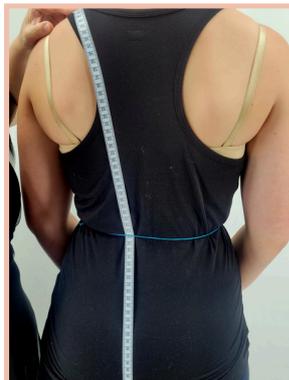


**7. Hauteur milieu dos:**  
à prendre sur l'os à le base du cou jusqu'à la taille



**8. Tour de tronc:**

à partir de l'épaule, faire passer le mètre sur la pointe du sein, l'entrejambe et revenir dans le dos jusqu'à l'épaule.  
(bien plaquer le mètre au corps)



**9. Tour de cou:**

tour à prendre au plus fin du cou



**10. Tour de cuisse**



# Comment prendre vos mesures? 2/2



**11. Tour de bras:**  
à prendre sur le biceps



**12. Longueur bras:**  
à prendre de la pointe de l'épaule  
jusqu'au poignet  
(longueur réelle de la manche  
souhaitée)



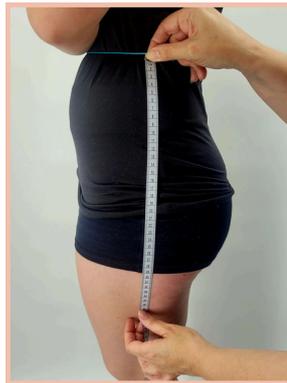
**13. Tour de poignet:**  
à prendre au niveau de l'os du  
poignet



**14. Hauteur jupe  
devant:**  
à prendre de la taille à la  
longueur souhaité



**15. Hauteur jupe  
dos:**  
à prendre de la taille à la  
longueur souhaité



**16. Hauteur jupe  
côté:**  
à prendre de la taille à la  
longueur souhaité



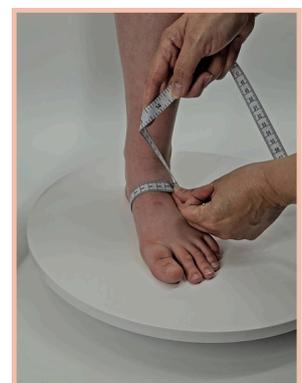
**17. Hauteur latérale:**  
à prendre de la taille à la  
cheville



**18. Hauteur  
entrejambe:**  
à prendre de l'entrejambe à  
la cheville



**19. Tour de cheville**



**20. Tour de pied**