

Для того, чтобы правильно снять мерки, Вам необходимо соблюдать несколько простых советов:

1. Снимайте мерки в облегающей одежде, а лучше в нижнем белье, которое Вы будете носить под платьем.
2. При снятии мерок стойте ровно, держите спину прямо, не сутультесь.
3. Сантиметровую ленту прикладывайте плотно к телу, не затягивая, но и не расслабляя.

Обхват груди. Эта мерка снимается по самым выступающим точкам груди. Сантиметр не следует слишком сильно натягивать или ослаблять. Он должен плотно, но без натяжки прилегать к телу. Измеряется на выдохе. (Выдохнули, измерили).

Обхват талии. Измеряется по самому узкому месту, сантиметровая лента должна плотно обхватить талию. Живот не надо сильно втягивать или же выпячивать. Измеряется на выдохе.

Обхват бёдер. Измеряется по самым выпуклым точкам ягодиц.

Рост. Встаньте спиной к стене, ноги вместе. Выпрямитесь. Ваши пятки, спина, плечи и голова должны касаться стены. Втяните подбородок и смотрите прямо перед собой. Проведите карандашную черту у себя над головой. Отойдите от стены и измерьте расстояние от черты до пола, которое и будет вашим ростом.

