

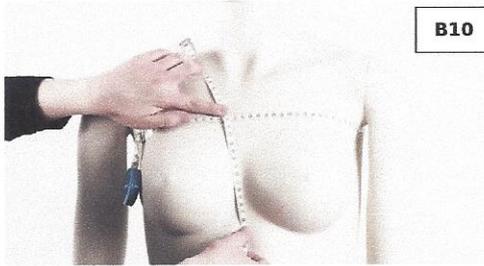
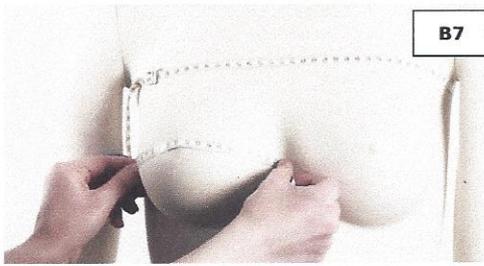
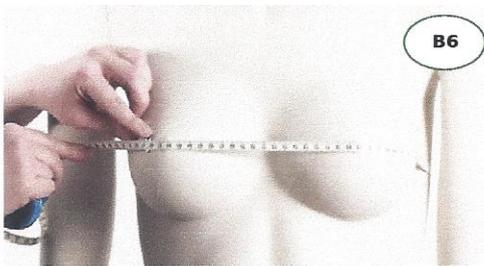
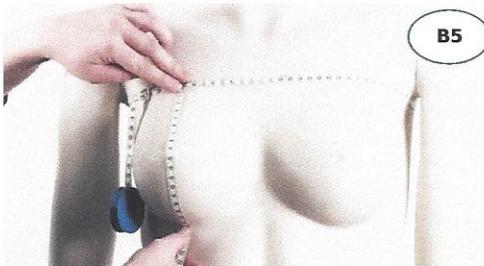
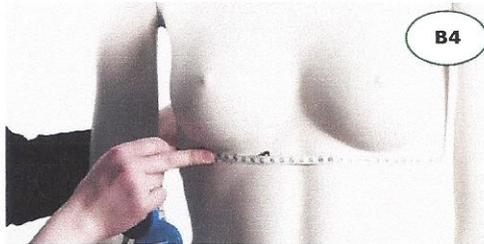
**CE QUE VOUS AVEZ BESOIN POUR MESURER**

- Un ruban à mesurer mince avec un crochet a l'extrémité (pour une meilleure précision)
- Règle
- Marqueur pour le marquage sur la peau

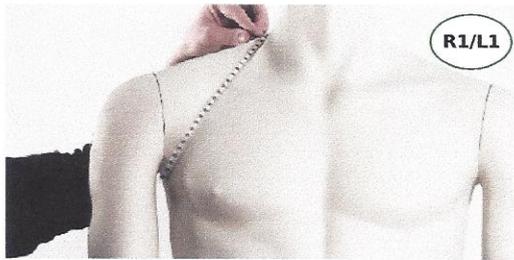
**PRÉPARATION**

- Assurez-vous que le client est debout et tranquille, les mains détendues sur le côté.
- Écrire sur la commande si le client a été mesuré couché. Les mesures devraient être prises au moins dans une position assise (en particulier pour les mesures de l'abdomen). Inscrivez sur la commande, si il y a des mesures qui sont prises assis ou couché.
- Placez le ruban à mesurer fermement contre la peau, verticalement ou horizontalement. Assurez-vous que le ruban à mesurer n'est pas tordues.
- Utilisez le crochet à l'extrémité de la bande de mesure. Utiliser le crochet améliore la précision. Il vous permet de mesurer avec une seule main et d'écrire avec l'autre.
- Utilisez une règle pour mesurer les petites longueurs verticales, par exemple, dans la paume.
- Marquez les emplacements des points de mesure directement sur la peau. Ainsi, il sera plus facile et plus rapide à mesurer. L'utilisation de deux ou plusieurs bandes de mesure est également recommandé.
- Noter que si le client est fort (par exemple obèses, musculaire), il est recommandé de prendre des mesures supplémentaires en cas de besoin. Ceux-ci peuvent être marqués dans les informations supplémentaires.
- Il est recommandé de mesurer les femmes avec leur soutien-gorge si elles les portent sous le vêtement.
- Pour mesurer de très petites circonférences, utilisez un fil pour les orteils et les doigts (par exemple, pour les bébés). Placez par exemple le fil autour du doigt en cas de besoin et mesurer la longueur du fil qui correspond à cette circonférence.





- A** Identifiez les points A des deux côtés. Le point A est à l'intersection de la ligne de l'épaule et du cou, où le trapèzoid touche les muscles du cou. Marquez-les au stylo.
- B1** Circonférence de la partie la plus basse du cou via les points A.
- B2** Circonférence de la poitrine directement sous les aisselles. Assurez-vous que le ruban de mesure est en ligne droite horizontale même à l'arrière.
- B3** Longueur verticale du point A à B2.
- B4** Circonférence juste sous les seins.
- B5** Longueur verticale de B2 à B4 au point le plus large du sein.
- B6** Circonférence au point le plus large du sein.
- B7** Largeur du sein droit du centre du sternum vers le côté droit du corps (à la couture latérale supposée du vêtement).
- B8** Largeur du sein gauche du centre du sternum vers le côté gauche du corps (à la couture latérale supposée du vêtement).
- B9** Circonférence de la taille, généralement la partie la plus étroite de l'abdomen.
- B10** Longueur du point A à B9, entre les seins.
- B12** Circonférence à l'endroit où le gilet devrait se terminer.
- B13** Longueur verticale du point B9 à B12.
- B14** Circonférence prise au milieu de la longueur B13.
- B15** Longueur verticale du point B9 à B14.
- B16** Longueur du point A à B12 (où la veste devrait se terminer), en passant entre les seins.
- B40** Longueur verticale de l'arrière du torse. La mesure est prise de la vertèbre C7 (généralement à la même hauteur que les points A) à la taille (B9). Puis marquez le bord de l'épaule, du coude et du poignet avec un stylo.



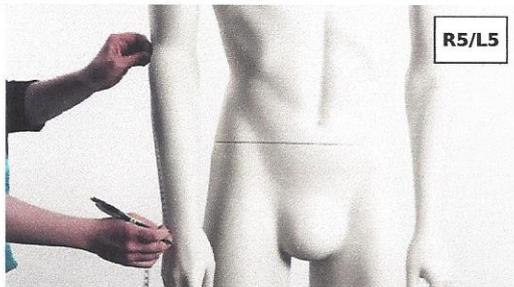
R1/L1

**R1/L1** Circonférence du point A allant sous l'aisselle et revenir au point A.



R2/L2

**R2/L2** Longueur verticale du point A jusqu'au point où le manchon s'arrête.



R5/L5

**R3/L3** Longueur verticale du point A jusqu'au bord de l'épaule.

**R4/L4** Longueur verticale de l'épaule jusqu'au coude. Gilet avec manches longues, la longueur R4/L4 est de l'épaule à l'endroit où le manchon devrait s'arrêter. Après cela, diviser et marquer la longueur en trois parties égales. Faites la même chose avec un gilet à manches courtes jusqu'en dessous du biceps. Si les manchons atteignent le biceps ou sont au-dessus, diviser la longueur en deux parties égales.

**R5/L5** Longueur verticale du coude au poignet. Divisez la longueur en trois parties égales. Marquez les emplacements.

**R6/L6** Circonférence de l'emplacement marqué.

**R7/L7** Circonférence de l'emplacement marqué.

**R8/L8** Circonférence du coude.

**R9/L9** Circonférence de l'emplacement marqué.

**R10/L10** Circonférence de l'emplacement marqué.



R7/L7

**R11/L11** Circonférence du poignet.

**R12/L12** Longueur verticale de l'aisselle à R / L11 ou jusqu'où le manchon devrait s'arrêter.

**AD10** Circonférence du bord supérieur du collier.

**AD11** Hauteur du collier.



R8/L8

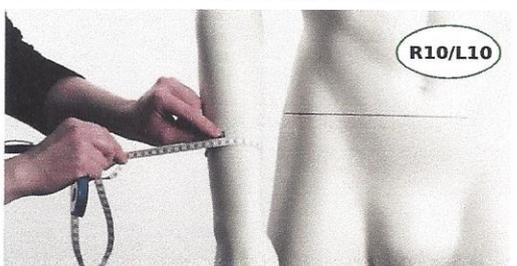


R10/L10

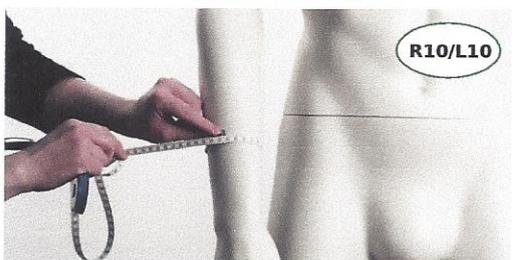
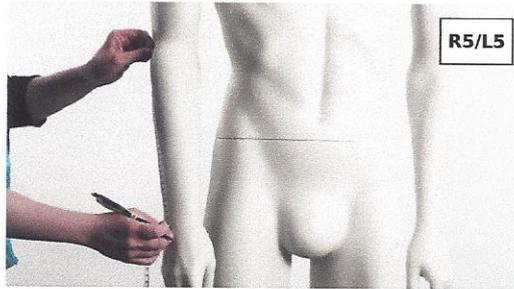


AD10



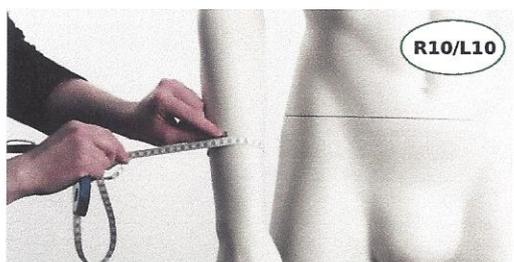
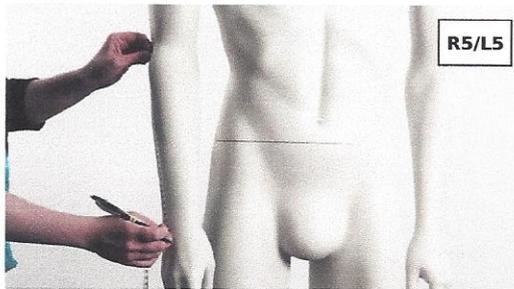
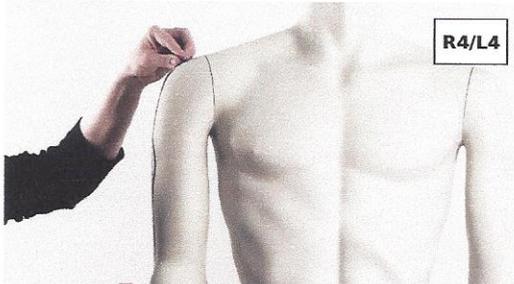


- A** Identifiez les points A des deux côtés. Le point A est à l'intersection de la ligne de l'épaule et du cou, où le trapèzoïde touche les muscles du cou. Marquez-les au stylo.
- B1** Circonférence de la partie la plus basse du cou via les points A.
- B2** Circonférence de la poitrine directement sous les aisselles. Assurez-vous que le ruban de mesure est en ligne droite horizontale même à l'arrière.
- B3** Longueur verticale du point A à B2.
- B9** Circonférence de la taille, généralement la partie la plus étroite de l'abdomen.
- B11** Longueur du point A à B9.
- B12** Circonférence à l'endroit où le gilet devrait se terminer.
- B13** Longueur verticale du point B9 à B12.
- B14** Circonférence prise au milieu de la longueur B13.
- B15** Longueur verticale du point B9 à B14.
- B17** Longueur du point A à B12 (où la veste devrait se terminer).
- B40** Longueur verticale de l'arrière du torse. La mesure est prise de la vertèbre C7 (généralement à la même hauteur que les points A) à la taille (B9). Puis marquez le bord de l'épaule, du coude et du poignet avec un stylo.
- R1/L1** Circonférence du point A allant sous l'aisselle en revenant au point A.
- R2/L2** Longueur verticale du point A jusqu'au point où le manchon s'arrête.
- R3/L3** Longueur verticale du point A jusqu'au bord de l'épaule.
- R4/L4** Longueur verticale de l'épaule jusqu'au coude. Gilet avec manches longues, la longueur R4/L4 est de l'épaule à l'endroit où le manchon devrait s'arrêter. Après cela, diviser et marquer la longueur en trois parties égales. Faites la même chose avec un gilet à manches courtes jusqu'en dessous du biceps. Si les manchettes atteignent le biceps ou sortent au-dessus, diviser la longueur en deux parties égales.
- R5/L5** Longueur verticale du coude au poignet. Divisez la longueur en trois parties égales. Marquez les emplacements.
- R6/L6** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R7/L7** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R8/L8** Circonférence du coude.
- R9/L9** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R10/L10** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R11/L11** Circonférence du poignet.
- R12/L12** Longueur verticale de l'aisselle à R / L11 ou jusqu'au manchon devrait s'arrêter.
- AD10** Circonférence du bord supérieur du collier.
- AD11** Hauteur du collier.



Marquez les bords supérieur et inférieur du manchon.

- R4/L4** Longueur verticale est prise à partir du bord supérieur désiré jusqu'au coude. Diviser pour marquer la longueur en deux parties égales.
- R5/L5** Longueur verticale du coude au poignet (ou jusqu'à la fin désirée du manchon). Divisez et marquez la longueur en trois parties égales.
- R6/L6** Circonférence du bord supérieur du manchon désiré.
- R7/L7** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R8/L8** Circonférence du coude.
- R9/L9** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R10/L10** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R11/L11** Circonférence du poignet.
- R12/L12** Longueur verticale de l'aisselle à R / L11 (ou à la fin désirée du manchon)



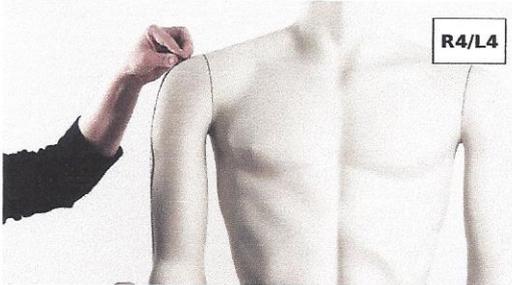
- A** Identifiez le point A. Le point A est à l'intersection de la ligne de l'épaule et du cou, où le trapèze touche les muscles du cou. Marquez-le au stylo. Ensuite, marquez le bord de l'épaule, du coude et du poignet avec un stylo.
- R2/L2** Longueur verticale du point A au point où le manchon devrait se terminer.
- R3/L3** Longueur verticale du point A jusqu'au bord de l'épaule.
- R4/L4** Longueur verticale est prise à partir du bord supérieur désiré jusqu'au coude. Divisez pour marquer la longueur en deux parties égales.
- R5/L5** Longueur verticale du coude au poignet (ou jusqu'à la fin désirée du manchon). Divisez et marquez la longueur en trois parties égales.
- R6/L6** Circonférence du bord supérieur du manchon désiré.
- R7/L7** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R8/L8** Circonférence du coude.
- R9/L9** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R10/L10** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R11/L11** Circonférence du poignet.
- R12/L12** Longueur verticale de l'aisselle à R / L11 (ou à la fin désirée du manchon)
- AD1** La longueur de la bande élastique (torse/gilet). Partant du point A en passant entre les seins et revenir au point A.



**A** Identifiez le point A. Le point A est à l'intersection de la ligne de l'épaule et du cou, où le trapèze touche les muscles du cou. Marquez-les au stylo. Ensuite, marquez le bord de l'épaule, du coude et du poignet avec un stylo.

**R2/L2** Longueur verticale du point A au point où le manchon devrait se terminer.

**R3/L3** Longueur verticale du point A jusqu'au bord de l'épaule.

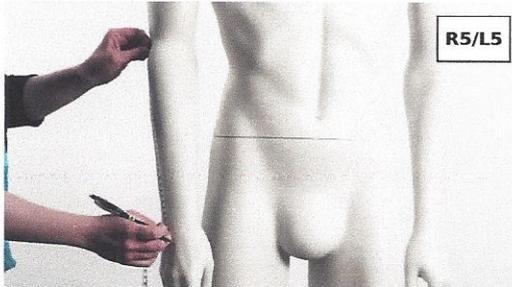


**R4/L4** Longueur verticale est prise à partir du bord supérieur désiré jusqu'au coude. Diviser pour marquer la longueur en deux parties égales.

**R5/L5** Longueur verticale du coude au poignet (ou jusqu'à la fin désirée du manchon). Divisez et marquez la longueur en trois parties égales.

**R6/L6** Circonférence du bord supérieur du manchon désiré.

**R7/L7** Circonférence de l'emplacement marqué.



**R8/L8** Circonférence du coude.

**R9/L9** Circonférence de l'emplacement marqué.

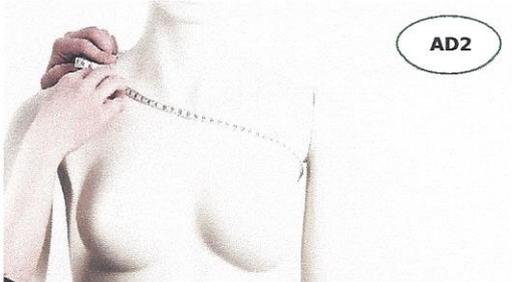
**R10/L10** Circonférence de l'emplacement marqué.

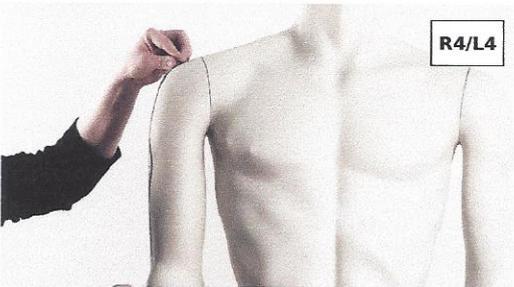
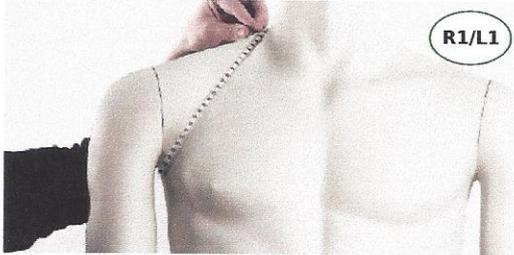
**R11/L11** Circonférence du poignet.



**R12/L12** Longueur verticale de l'aisselle à R / L11 (ou à la fin désirée du manchon)

**AD2** La longueur de la bande élastique (torse/gilet). Partant du point A en passant en dessous de l'aisselle et revenir au point A.





- A** Identifiez le point A.. Le point A est à l'intersection de la ligne de l'épaule et du cou, où le trapèzoid touche les muscles du cou. Marquez-les au stylo. Ensuite, marquez le bord de l'épaule, du coude et du poignet avec un stylo.
- B1** Circonférence de la partie la plus basse du cou via les points A.
- B2** Circonférence de la poitrine directement sous les aisselles. Assurez-vous que le ruban de mesure est en ligne droite horizontale même à l'arrière.
- B3** Longueur verticale du point A à B2.
- R1/L1** Circonférence du point A allant sous l'aisselle en revenant au point A.
- R2/L2** Longueur verticale du point A au point où le manchon devrait se terminer.
- R3/L3** Longueur verticale du point A jusqu'au bord de l'épaule.
- R4/L4** Longueur verticale est prise à partir du bord supérieur désiré jusqu'au coude. Diviser pour marquer la longueur en deux parties égales.
- R5/L5** Longueur verticale du coude au poignet (ou jusqu'à la fin désirée du manchon). Divisez et marquez la longueur en trois parties égales.
- R6/L6** Circonférence du bord supérieur du manchon désiré.
- R7/L7** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R8/L8** Circonférence du coude.
- R9/L9** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R10/L10** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R11/L11** Circonférence du poignet.
- R12/L12** Longueur verticale de l'aisselle à R / L11 (ou à la fin désirée du manchon)

Mesurez la manche opposée en utilisant les mêmes instructions, mesurez tous les points ou jusqu'ou le manchon devrait se terminer.



Le haut du corps doit être mesuré comme un gilet. Les mesures suivantes doivent être prises dans tous les cas.

**R53/L53** Circonférence de la cuisse.

**R51/L51** Longueur verticale de R53/L53 jusqu'ou le body viendra.

**R54/L54** Circonférence à l'endroit où la jambe s'arrête.

**B27** Longueur verticale de la taille jusqu'à R53 / L53

**B30** Circonférence du point A en revenant entre les jambes au point A.

Si vous souhaitez un body avec des jambes longues, mesurez le comme un pantalon.





R11/L11

**R11/L11** Circonférence du poignet.

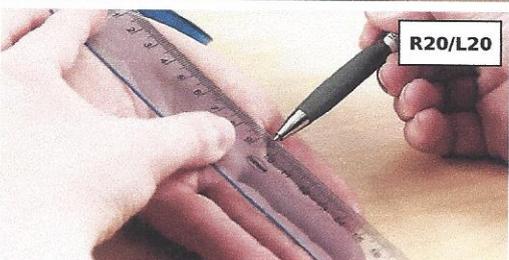


R15/L15

**R15/L15** Longueur verticale du poignet jusqu'à la fin du gant. Marquez l'endroit où le gant s'arrête (max un tiers de la distance coude/poignet sinon ceci devient un gant +manchette+manche courte).

**R16/L16** Circonférence à l'endroit où le gant s'arrête.

**R17/L17** Longueur verticale de la base du pouce vers la ligne du poignet



R20/L20

**R18-20/ L18-20** Longueurs verticales de l'espace entre les doigts jusqu'au poignet, du côté de la paume de la main en utilisant une règle.

**R21/L21** Circonférence au niveau des MCP, doigts tendus et fermés.

**R22-23/ L22-23** Prendre les deux circonférences des phalanges du pouce.

**R24/L24** Longueur verticale du pouce ou jusqu'à l'endroit désirée quand le bout du doigt est ouvert.

**R25-27/ L25-27** Prendre les trois circonférences de phalanges de l'index.



R21/L21

**R28/L28** Longueur verticale de l'index ou jusqu'à l'endroit désirée quand le bout du doigt est ouvert.

**R29-31/ L29-31** Prendre les trois circonférences de phalanges du majeur.

**R32/L32** Longueur verticale du majeur ou jusqu'à l'endroit désirée quand le bout du doigt est ouvert.



R22/L22

**R33-35/ L33-35** Prendre les trois circonférences de phalanges de l'annulaire.

**R36-L36** Longueur verticale de l'annulaire ou jusqu'à l'endroit désirée quand le bout du doigt est ouvert.

**R37-L37** Prendre les trois circonférences de phalanges du petit doigt.



R24/L24

**R40/L40** Longueur verticale du petit doigt ou jusqu'à l'endroit désirée quand le bout du doigt est ouvert.

#### MITAINE

Mesurez comme pour un gant. Uniquement les mesures du pouce sont nécessaires.



R36/L36

#### MANCHON-GANT

Mesurez à la fois le manchon et le gant.



R37/L37



R60/L60

**R60/L60** Circonférence du bord supérieur de la chaussette désirée, marquer l'emplacement.



R61/L61

**R61/L61** Circonférence du point au dessus de la cheville le plus étroit, marquer l'emplacement.



R64/L64

**R52/L52** Longueur verticale du bord supérieur désiré de la chaussette jusqu'à la cheville.

**R64/L64** Circonférence diagonale de la partie supérieure du talon jusqu'à la cheville.



R65/L65

**R65/L65** Circonférence du point de métatarse le plus haut, marquer l'emplacement

**R66/L66** Circonférence du col du métatarsien (MTP) du petit orteil, marquer l'emplacement.

**R67/L67** Longueur verticale de la cheville (R61 / L61) au sol sur le côté latéral du pied.

**R68/L68** Longueur horizontale du talon au point de métatarse le plus haut (R65 / L65). Placez un stylo derrière le talon pour aider à la mesure. Mesurer le long du sol.

**R69/L69** Longueur horizontale du talon au col du métatarsien (MTP) du petit orteil (R/L66). Placez un stylo derrière le talon pour aider à la mesure.

**R70/L70** Longueur horizontale du talon vers le bout du gros orteil. Placez un stylo derrière le talon pour aider à la mesure.

Lorsque vous commandez une chaussette bout fermé, dessiner le contour du pied sur la feuille destinée à cet égard.

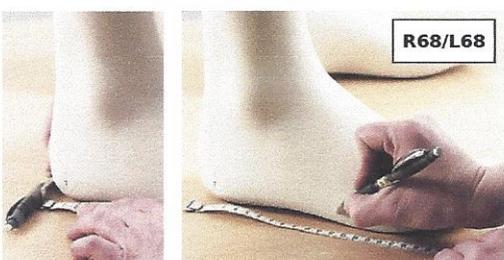
Lors de la commande d'un gant de pied, continuer à mesurer ses mesures.



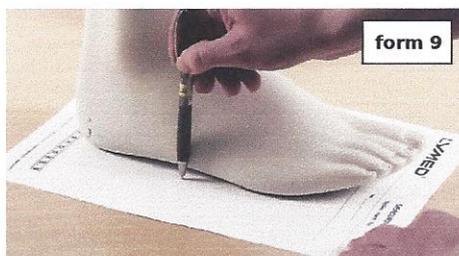
R66/L66



R67/L67



R68/L68



form 9



**R57/L57** Circonférence du bord supérieur de la chaussette.



**R58/L58** Longueur verticale du bord supérieur de la chaussette à la partie la plus étroite de la cheville, au-dessus de la malléole. Marquer le bord et la cheville avec un stylo. Divisez la longueur en trois parties égales. Marquer les emplacements.

**R59/L59** Circonférence de l'emplacement marqué.



**R60/L60** Circonférence de l'emplacement marqué.

**R61/L61** Circonférence du point de la cheville le plus étroit, marquer l'emplacement.



**R64/L64** Circonférence diagonale de la partie supérieure du talon à la cheville.

**R65/L65** Circonférence du point de métatarse le plus haut, marquer l'emplacement.

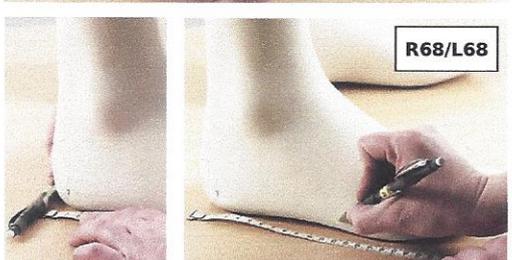


**R66/L66** Circonférence du col du métatarsien (MTP) du petit orteil, marquer l'emplacement

**R67/L67** Longueur verticale de la cheville (R61 / L61) au sol sur le côté latéral du pied.



**R68/L68** Longueur horizontale du talon au point de métatarse le plus haut (R65 / L65). Placez un stylo derrière le talon pour aider à la mesure. Mesurer le long du sol.



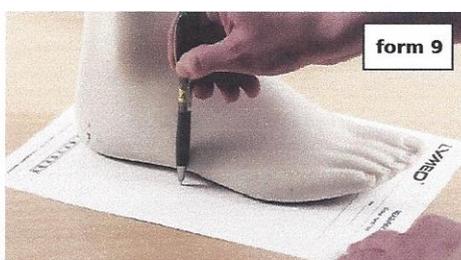
**R69/L69** Longueur horizontale du talon au col du métatarsien (MTP) du petit orteil (R/L66). Placez un stylo derrière le talon pour aider à la mesure.



**R70/L70** Longueur horizontale du talon vers le bout du gros orteil. Placez un stylo derrière le talon pour aider à la mesure.

Lorsque vous commandez une chaussette bout fermé, dessiner le contour du pied sur la feuille destinée à cet égard.

Lors de la commande d'un gant de pied, continuer à mesurer ses mesures.





**R51/L51** Longueur verticale du bord supérieur désiré de la chaussette / jambe au genou (au milieu de la rotule). Divisez la longueur en trois parties égales, marquer les emplacements.



**R52/L52** Longueur verticale du genou (rotule) au point le plus étroit de la cheville. Divisez la longueur en trois parties égales, marquer les emplacements.



**R53/L53** Circonférence du bord supérieur de la chaussette / jambe.



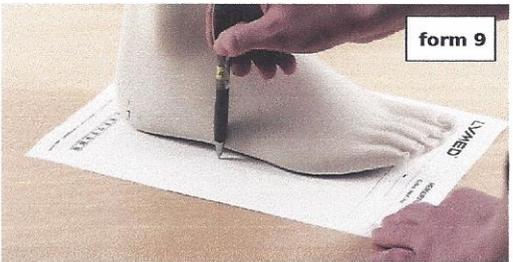
**R54/L54** Circonférence de l'emplacement marqué.



**R55/L55** Circonférence de l'emplacement marqué.



**R56/L56** Circonférence du genou (au milieu de la rotule).



**R59/L59** Circonférence de l'emplacement marqué.



**R60/L60** Circonférence de l'emplacement marqué.



**R61/L61** Circonférence de la cheville.

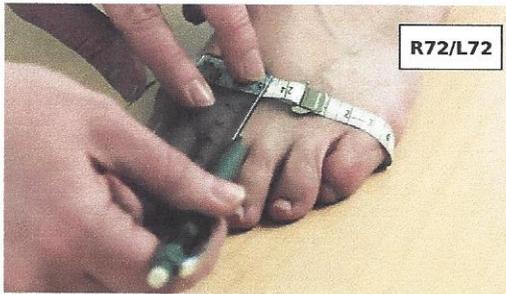


**R63/L63** Longueur verticale du bord supérieur de la chaussette / jambe à la cheville.

Lors de la mesure d'une chaussette de la cuisse haute, mesurer de façon similaire (de la cheville vers le bas) comme la chaussette de la cheville.

Lorsque vous commandez une chaussette bout fermé, dessiner le contour du pied sur la feuille destinée à cet égard.

Lors de la commande d'un gant de pied, continuer à mesurer ses mesures.



**R72/L72**

**AVEC UN GANT DE PIED**

**R71-74/  
L71-74** Longueurs verticales du pli de chaque orteil au point R66 / L66, à partir du gros orteil vers l'extérieur.

**R75-79/  
L71-75** Longueur verticale des orteils depuis les articulations de base (MTP) vers le bout de chaque orteil, à partir du gros orteil vers l'extérieur (ou à l'endroit où le gant de pied ouvert devrait se terminer).

**R80-81/  
L80-81** Deux circonférences (le MTP et PIP) du gros orteil.

**R82-89  
L82-89** Deux circonférences (le MTP et DIP) des orteils 2-5.

**R90/L90** Circonférence des MTP des orteils 2-5. Les orteils doivent être ensemble.



**R75/L75**

**GANT ORTEILS SÉPARÉS**

Mesurer les orteils comme pour un gant de pied. Ensuite, continuer avec les mesures suivantes.

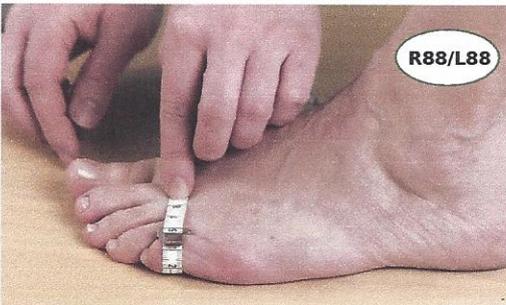
**R66/L66** Circonférence du col du métatarsien (MTP) du petit orteil, marquer l'emplacement

**R91/L91** Longueur verticale du point R66/L66 à la fin souhaitée du gant de pied.

**R92/L92** Circonférence à la fin du gant de pied.



**R80/L80**



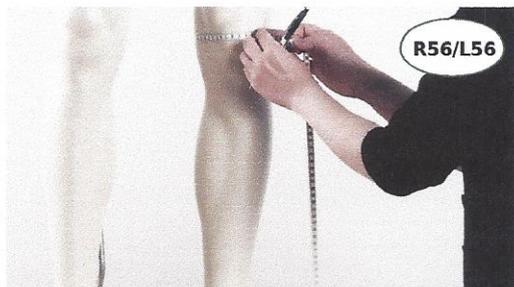
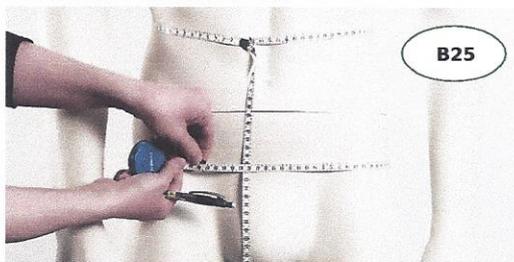
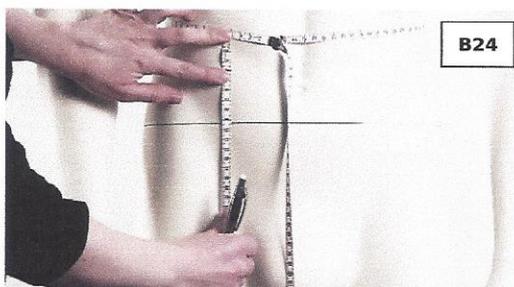
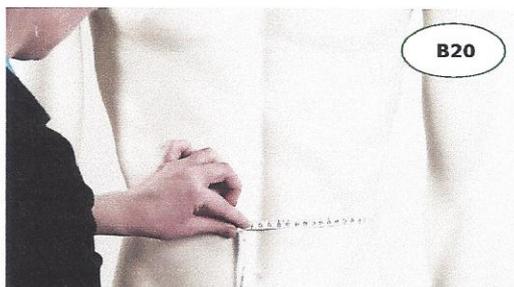
**R88/L88**



**R60/L89**



**form 9**

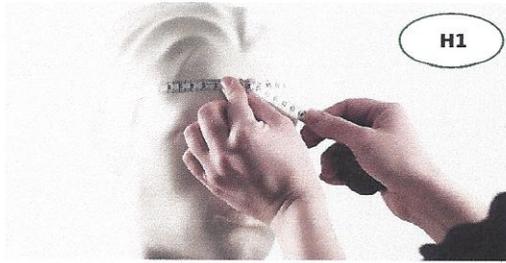


- B20** Circonférence de la taille, généralement la partie la plus étroite de la taille. Marquez l'emplacement.
- B21** Circonférence du bord supérieur désirée du pantalon. Marquez l'emplacement.
- B22** Longueur verticale du bord supérieur à la taille souhaitée.
- B23** Circonférence du bassin.
- B24** Longueur verticale entre le bassin et la taille.
- B25** Circonférence du point du bassin le plus large, marquer l'emplacement.
- R50/L50** Longueur verticale de la taille au point de la cheville (malléole ci-dessus) le plus étroit. Marquez l'emplacement.
- R51/L51** Longueur verticale de la cuisse au genou (au milieu de la rotule). Divisez la longueur en trois parties égales, marquer les emplacements.
- R52/L52** Longueur verticale à partir du genou (rotule) au point de la cheville la plus étroite. Divisez la longueur en trois parties égales, marquer les emplacements.
- R53/L53** Circonférence de la cuisse.
- R54/L54** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R55/L55** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R56/L56** Circonférence du genou (au milieu de la rotule).
- R59/L59** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R60/L60** Circonférence de l'emplacement marqué.
- R61/L61** Circonférence de la cheville.
- R62/L62** Longueur verticale de l'entrejambe à la cheville.

Lors de la mesure des bas, mesurer de manière similaire (de la cheville vers le bas) qu'une chaussette jusqu'à la cheville.

Lors de la commande bas orteils fermés, dessiner le contour du pied sur la feuille destinée à cet égard.

Lorsque vous commandez un gant de pied pour les bas, continuer à mesurer ses mesures.



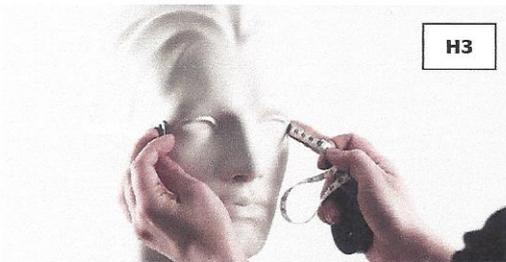
H1

**H1** Circonférence au point de la tête le plus large au-dessus des oreilles.



H2

**H2** Mesure d'oreille à oreille, à travers le sommet de la tête.



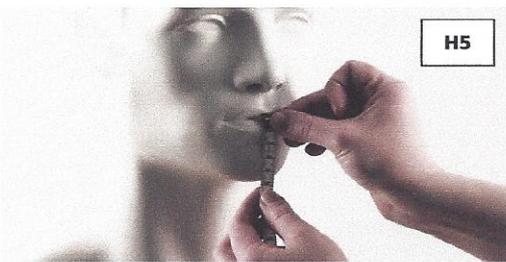
H3

**H3** Mesure du coin externe de l'oeil à l'autre oeil, autour de l'arrière de la tête.



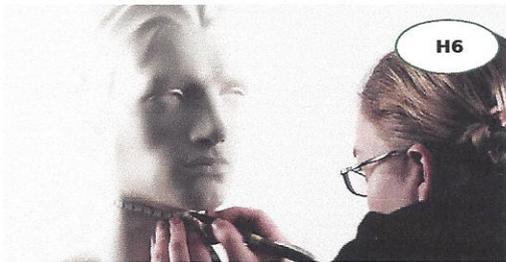
H4

**H4** Circonférence du menton au menton en passant par le crâne.



H5

**H5** Longueur verticale du menton jusqu' au milieu des lèvres.



H6

**H6** Circonférence de la nuque (sous le menton).



H7

**H7** Longueur verticale du menton jusqu'au debut de la nuque.

**H8** Circonférence de la base de la nuque.

**H9** Longueur verticale du départ jusqu'à la nuque.