

# ATT TA MÅTT

## Vad du bör tänka på när du tar mått

För att få fram korrekta kroppsmått är det viktigt att mäta på rätt sätt. Använd alltid ett mjukt måttband och stå avslappnat, utan att dra in magen eller spänna kroppen. Mät direkt på kroppen och se till att måttbandet ligger plant mot huden utan att skära in.

Ta varje mått två gånger för att säkerställa att det blir rätt. Be gärna någon om hjälp för att få extra exakta mått, särskilt vid rygg-, bröst- och axelmått. Följ skissen eller instruktionerna för varje specifikt mått så att du mäter på rätt ställe.

Bär tunna, åtsittande kläder när du mäter och undvik att ta mått ovanpå tjockare plagg. Tänk också på att hålla måttbandet horisontellt runt kroppen vid omkretsmått och låt det följa kroppens form vid längdmått.

Med noggrant tagna mått ökar chanserna att välja rätt storlek – och därmed få plagg som sitter och fungerar som de ska.

### Instruktion per måttställe:

**A - Bröstvidd:** Mät omkretsen på det bredaste stället, nedanför armhålan.

**B - Midjevidd:** Mät måttet runt midjan på det smalaste stället, strax ovanför naveln.

**C - Stussvidd:** Mät på det bredaste stället över höfterna, precis nedanför höftbenet.

**D - Innerbenslängd:** Mät vertikalt från grenen till fotsulans nivå.

