

- Pour prendre vos mesures il faut les prendre sur votre côté dominante (si vous êtes droitier prenez les mesures sur votre côté droit, si vous êtes gaucher prenez les mesures sur votre côté gauche)
- Il faut bien faire attention que le mètre rubans soit droit quand vous faites la prise de mesures des tours.
- N'hésitez pas à mettre un ruban autour de votre taille bien droit sur le tour de votre taille pour faciliter la prise de mesures

- Votre taille des pieds à la tête

les Tours

- Tour de tête (sur le font pour les chapeaux)
- Tour de poitrine (au plus fort)
- Tour de taille (la taille est entre les os des côtes et l'os du bassin)
- Tour de bassin (le point le plus fort)
- Tour de cuisses (au plus fort)
- Tour de genou
- Tour sous le genou
- Tour de mollets (au plus fort)
- Tour de cheville (au dessus de la malléole)
- Tour de biceps
- Tour de coude (plié)
- Tour de poignet (au plus proche de la mains)
- Tour de cou (prendre à la base du cou)

Longueur

- Carrure devant (départ au plis de l'aisselle à l'autre plis de l'aisselle)
- Carrure Dos (départ au plis de l'aisselle à l'autre plis de l'aisselle)
- Carrure d'une épaule à l'autre (de la pointe de l'os de l'épaule à l'autre)
- Longueur du milieu dos (colonne vertébrale) à l'épaule (la pointe de l'os) (ou inverse si c'est le côté gauche)
- Longueur devant du creux du cou de l'épaule à la taille (garder le mètre droit)
- Longueur dos du creux du cou de l'épaule à la taille (garder le mètre droit)
- Du milieu dos au creux des reins (baisser la tête et une boule va apparaître prenez de la bosse au reins)
- Longueur du cou à l'épaule/ coudé plié/ poignet
- Longueur du côté de la taille a sous genou / cheville
- Longueur de l'entrejambe à sous genoux/ cheville

Votre taille de vêtement en chiffres (exemple : 34,38, 46...)

- Pour prendre vos mesures, il faut les prendre sur votre côté dominant (si vous êtes droitier, prenez les mesures sur votre côté droit ; si vous êtes gaucher, prenez les mesures sur votre côté gauche).
- Il faut bien faire attention à ce que le mètre ruban soit droit quand vous faites la prise de mesures des tours.
- N'hésitez pas à mettre un ruban autour de votre taille, bien droit sur le tour de taille, pour faciliter la prise de mesures.

Votre taille des pieds à la tête

Les tours

- Tour de tête (sur le front pour les chapeaux)
- Tour de poitrine (au plus fort)
- Tour de taille (la taille est entre les os des côtes et l'os du bassin)
- Tour de bassin (le point le plus fort)
- Tour de cuisse (au plus fort)
- Tour de genou
- Tour sous le genou
- Tour de mollet (au plus fort)
- Tour de cheville (au-dessus de la malléole)
- Tour de biceps
- Tour de coude (plié)
- Tour de poignet (au plus proche de la main)
- Tour de cou (prendre à la base du cou)

Longueurs

- Carrure devant (du pli de l'aisselle à l'autre pli de l'aisselle)
- Carrure dos (du pli de l'aisselle à l'autre pli de l'aisselle)
- Carrure d'une épaule à l'autre (de la pointe de l'os de l'épaule à l'autre)
- Longueur du milieu du dos (colonne vertébrale) à l'épaule (la pointe de l'os) (ou inverse si c'est le côté gauche)
- Longueur devant du creux du cou de l'épaule à la taille (garder le mètre droit)
- Longueur dos du creux du cou de l'épaule à la taille (garder le mètre droit)
- Du milieu du dos au creux des reins (baisser la tête et une bosse va apparaître, prenez de la bosse aux reins)
- Longueur du cou à l'épaule / coude plié / poignet
- Longueur du côté de la taille à sous le genou / cheville
- Longueur de l'entrejambe à sous le genou / cheville

Votre taille de vêtement en chiffres (exemple : 34, 38, 46...)