

## Meine persönlichen Maße

Zum genauen Maßnehmen sollte man sich Zeit nehmen und wenn man seine eigenen Maße ermitteln möchte am besten zu zweit. Ein Maßband zum Einhängen oder Fixieren ist sicherlich hilfreich, da der Sitz des Maßbandes so genauer überprüft werden kann

Beim Maßnehmen sollte man am besten nur Unterwäsche tragen und locker und entspannt stehen. Das Maßband wird ohne Einzuschnüren dicht am Körper angelegt.

Kinder haben manchmal nicht die nötige Geduld zum still stehen, daher nicht alle Maße auf einmal verlangen oder spielerisch vorgehen. Besteht eine Unsicherheit beim Messen am Kind, so können manchen Maße auch von gut sitzender Kleidung übernommen werden.

- |                          |        |
|--------------------------|--------|
| 1 - Schultermaß          | ___ cm |
| 2 - Halsweite            | ___ cm |
| 3 - Taillenweite         | ___ cm |
| 4 - Brustweite           | ___ cm |
| 5 - Vordere Taillenkänge | ___ cm |
| 6 - Bauchweite           | ___ cm |
| 7 - Hüftweite            | ___ cm |
| 8 - Äußere Beinlänge     | ___ cm |
| 9 - Innere Beinlänge     | ___ cm |
| 10 - Kopfumfang          | ___ cm |
| 11 - Armlänge            | ___ cm |
| 12 - Rückenlänge         | ___ cm |
| 13 - Oberarmweite        | ___ cm |
| 14 - Oberschenkelweite   | ___ cm |
| 15 - Wadenweite          | ___ cm |
| 16 - Hüfttiefe           | ___ cm |

