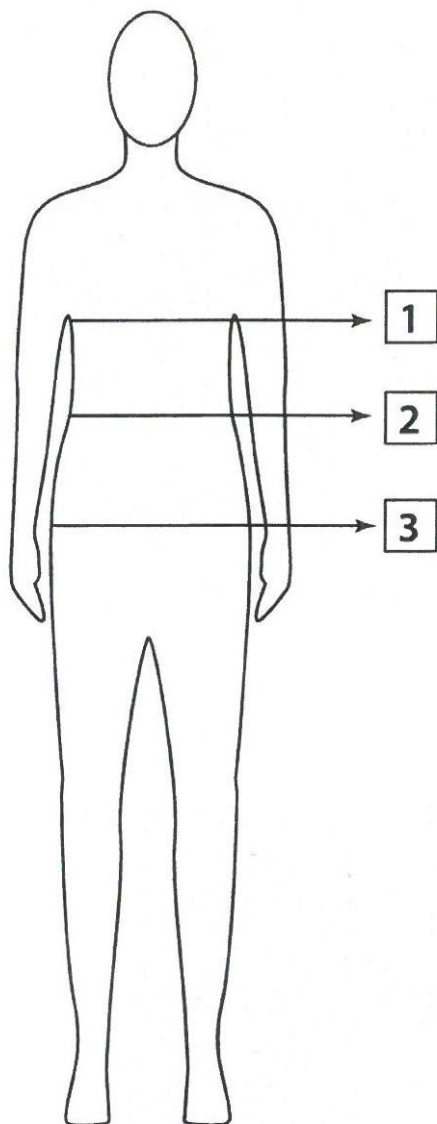


Formulier maatopname

Neem nooit zomaar de maat die je meestal in de winkel ook hebt. Ieder merk kan een beetje afwijken van de 'standaard maten'. Meet je maten eerlijk en nauwkeurig op en vergelijk ze met de matentabel op de website.

Tips:

- Gebruik een flexibele lintmeter.
- Meet jezelf in je ondergoed of in strak zittende kleding. Een hemdje en legging bijvoorbeeld is ideaal.
- Vraag eventueel of iemand je helpt bij het opmeten. Zo kan je zelf ontspannen staan terwijl iemand anders je maten neemt.
- Trek het meetlint niet te strak aan maar houd 1 vinger tussen het lint en je lichaam.
- Noteer je maten, zodat je ze altijd bij de hand hebt.



De meest voorkomende lichaamsmaten:

1. **Borstomtrek:** Meet de borstomtrek daar waar deze het grootst is. (bij dames over een passende BH)
2. **Tailleomtrek:** Meet de tailleomtrek op het smalste punt van de taille.
3. **Heupomtrek:** Meet de heupomtrek daar waar de heupen het breedst zijn.

Datum maatopname: _____

Naam: _____ M V

Gemeten: op het lichaam over kledij

1. Borstomtrek _____ cm

2. Tailleomtrek _____ cm

3. Heupomtrek _____ cm