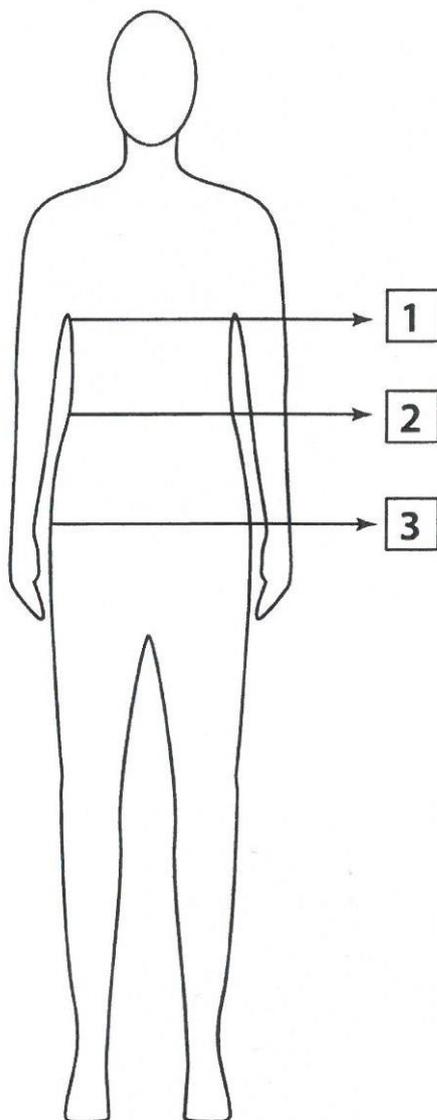


Formulaire de mesure

Ne vous contentez jamais de prendre la taille que vous avez habituellement dans le magasin. Chaque marque peut s'écarter un peu des "tailles standard". Mesurez vos tailles honnêtement et précisément et comparez-les au tableau des tailles sur le site web.

Conseils:

- Utilisez un mètre ruban souple.
- Mesurez-vous en sous-vêtements ou en vêtements moulants. Par exemple, une chemise et des jambières sont idéales.
- Si nécessaire, demandez à quelqu'un de vous aider à mesurer. Vous pourrez ainsi vous détendre pendant que quelqu'un d'autre prendra vos mesures.
- Ne serrez pas trop le ruban à mesurer, mais gardez un doigt entre le ruban et votre corps.
- Notez vos mesures afin de les avoir toujours à portée de main.



Les tailles corporelles les plus courantes:

1. **Tour de poitrine:** Mesurez le tour de poitrine là où il est le plus grand. (Pour les femmes portant un soutien-gorge ajusté)
2. **Le tour de taille:** Mesurez le tour de taille au point le plus étroit de la taille.
3. **Tour de hanches:** Mesurez le tour de hanches à l'endroit où les hanches sont les plus larges.

Date de la mesure: _____

Nom: _____ M F

Mesuré: sur le corps par-dessus les vêtements

1. Tour de poitrine _____ cm

2. Tour de taille _____ cm

3. Tour de hanches _____ cm