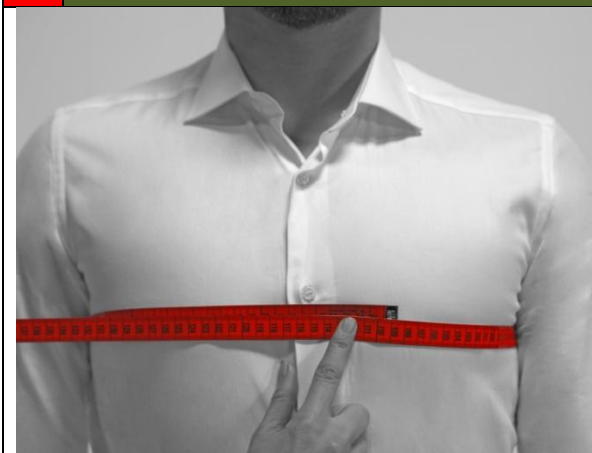
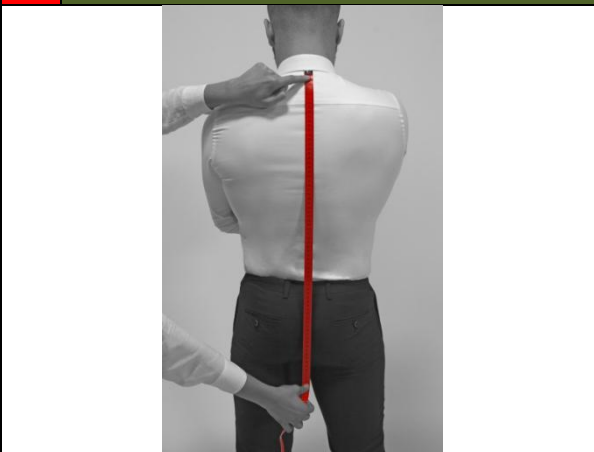


**1 LARGHEZZA SPALLE**

Misura la larghezza delle spalle partendo dal punto lateralmente più esterno della spalla sinistra fino al punto lateralmente più esterno della spalla destra. Il metro non dovrà essere tenuto perfettamente dritto, ma dovrà seguire la naturale curva.

**2 CIRCONFERENZA TORACE**

Misura la circonferenza del torace passando con il metro sotto le ascelle e sopra i capezzoli. Assicurati che il metro sia allineato orizzontalmente. Rilassa poi le braccia sui fianchi respirando normalmente, così da ottenere una misura del busto corretta.

**3 LUNGHEZZA DIETRO**

Inclina leggermente la testa in avanti. Punta il metro sull'osso più sporgente dietro al collo e misura fino all'altezza posteriore del cavallo (1 cm sotto al sedere). Se preferisci, puoi trasferire la misura da una giacca che ti veste bene misurandone la cucitura posteriore centrale, escludendo il colletto.

**4 LUNGHEZZA MANICA**

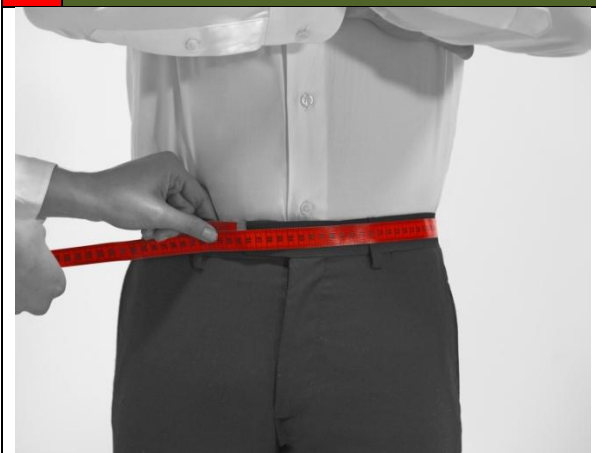
Rilassa le braccia e misura la lunghezza in due step: parti da dove abbiamo interrotto la misurazione delle spalle, ovvero il punto lateralmente più esterno della spalla (indicativamente dove viene applicata la cucitura della manica) e misura fino al gomito. Blocca il metro in questa posizione e poi continua a misurare fino all'osso del polso compreso, seguendo il profilo laterale del braccio.

GRAZIE PER AVERCI SCELTO!

Lo Staff

Uniform Italia

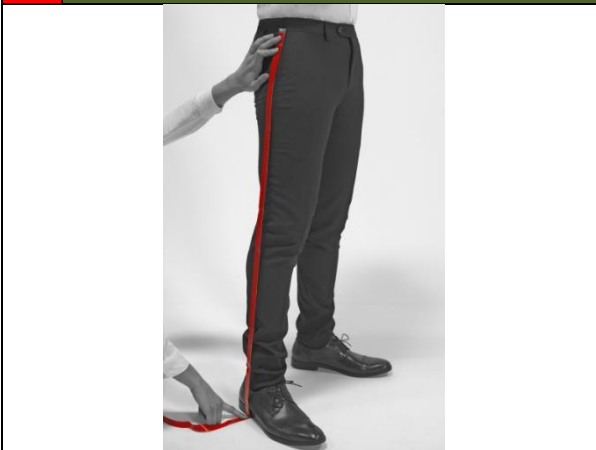
Per qualsiasi ulteriore informazione o chiarimento non esitare a contattarci allo 071-8047829 o scriverci all'indirizzo e-mail [ecommerce@uniformitalia.it](mailto:ecommerce@uniformitalia.it)

**5 CIRCONFERENZA VITA**

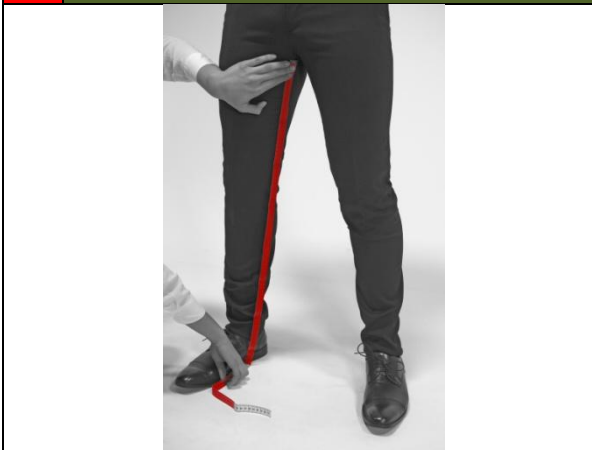
Misura la circonferenza della vita quattro dita sotto l'ombelico, anche in questo caso evita di trattenere il respiro. Assicurati che il metro sia allineato orizzontalmente e controlla che i pantaloni non interferiscano con la misurazione.

**6 CIRCONFERENZA BACINO**

Misura la circonferenza del bacino nel punto più largo, solitamente a metà dell'altezza del gluteo, tenendo il metro ben allineato orizzontalmente.

**7 LUNGHEZZA ESTERNO GAMBA**

Misura verticalmente lungo il lato esterno della gamba dalla vita **esclusa cintura** fino al **tacco della scarpa escluso**.

**8 LUNGHEZZA INTERNO GAMBA**

Allarga leggermente le gambe. Misura dal punto centrale più alto della coscia (all'altezza del cavallo) fino al **tacco della scarpa escluso**, seguendo la linea naturale dell'interno gamba. Mantieni il metro aderente al corpo.

GRAZIE PER AVERCI SCELTO!

Lo Staff

Uniform Italia

Per qualsiasi ulteriore informazione o chiarimento non esitare a contattarci allo 071-8047829 o scriverci all'indirizzo e-mail [ecommerce@uniformitalia.it](mailto:ecommerce@uniformitalia.it)

**9** CIRCONFERENZA COLLO



Posiziona il metro intorno al collo, appena sotto il pomo d'adamo, senza stringere. Non allungare il collo e non spostare il mento verso il basso, resta rilassato.

**10** CIRCONFERENZA TESTA



Misura la circonferenza della testa un centimetro sopra l'orecchio.

GRAZIE PER AVERCI SCELTO!

Lo Staff

Uniform Italia

Per qualsiasi ulteriore informazione o chiarimento non esitare a contattarci allo 071-8047829 o scriverci all'indirizzo e-mail [ecommerce@uniformitalia.it](mailto:ecommerce@uniformitalia.it)