

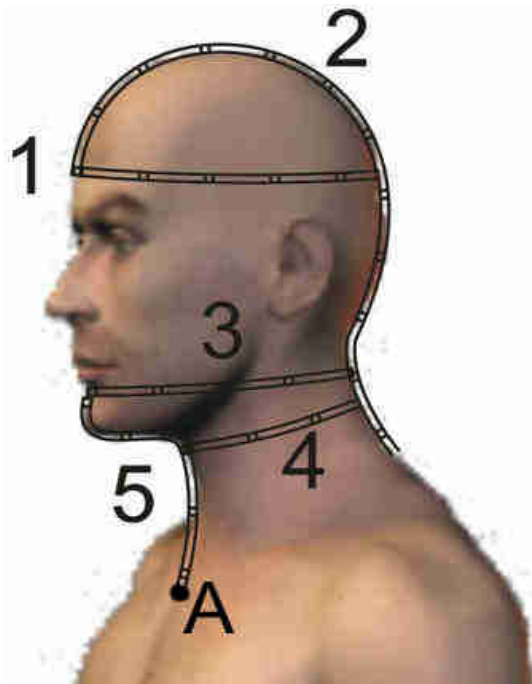
## GUIDA ALLA COMPILAZIONE DELLA SCHEDA MISURE

Prendere le misure è difficile richiede attenzione ed esperienza, purtroppo se le misure sono prese in maniera errata la muta non verrà bene.

Nel tentativo di mettervi in condizione di compilare al meglio la scheda delle misure, ho preparato questa guida dove le varie misure, soprattutto le più difficili, vengono evidenziate in diverse prospettive sui virtuali manichini 3d, spiegate passo passo.

Se trovate difficoltà, o non capite bene qualcosa, segnalatemelo sarà mia preoccupazione cercare di migliorare le spiegazioni.

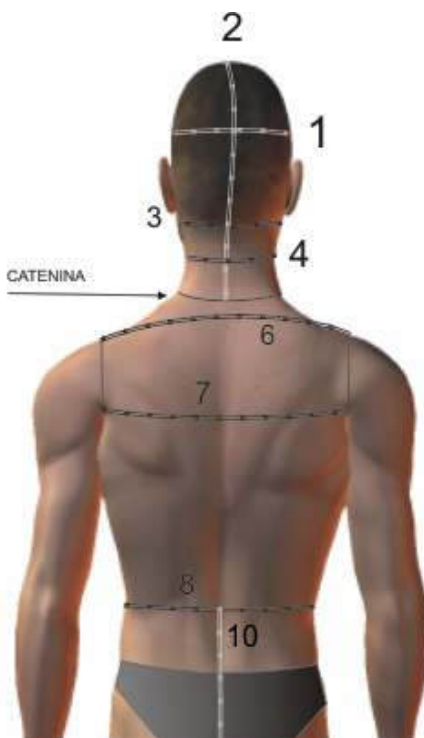
Condizioni base sono: 1 Le misure vanno prese sulla pelle. 2 Le misure devono essere prese da una seconda persona, è impossibile prendersele da soli, 3 Il centimetro per sarti deve essere aderente sulla pelle, senza stringere mai. 4 Riportate esattamente il risultato della singola misurazione senza correzioni, eventuali personalizzazioni desiderate devono essere descritte a parte. Ad esempio: Vorrei il cappuccio molto basso sulla fronte. Ok. Cominciamo.



Posizione della testa : eretta e rilassata sguardo dritto verso l'orizzonte. La mascella deve essere socchiusa in posizione di riposo, mantenere la posizione, L'inclinazione della testa avanti o dietro varia sensibilmente tutto il gruppo delle misure.

- 1) Circonferenza della testa : non presenta particolari difficoltà.
- 2) Profilo fronte collo : posizionare il centimetro sulla fronte all'altezza della mis. 1 e arrivare all'inizio delle spalle all'incirca dove passerebbe una eventuale catenina, guardare la seconda figura.
- 3) Circonferenza mento nuca : attenzione alla postura
- 4) Circonferenza collo: subito sotto al mento
- 5) Lunghezza mento punto A (inizio dello sterno): attenzione alla postura, da dove passa il centimetro della 3 ricopiando fedelmente tutte le curve.

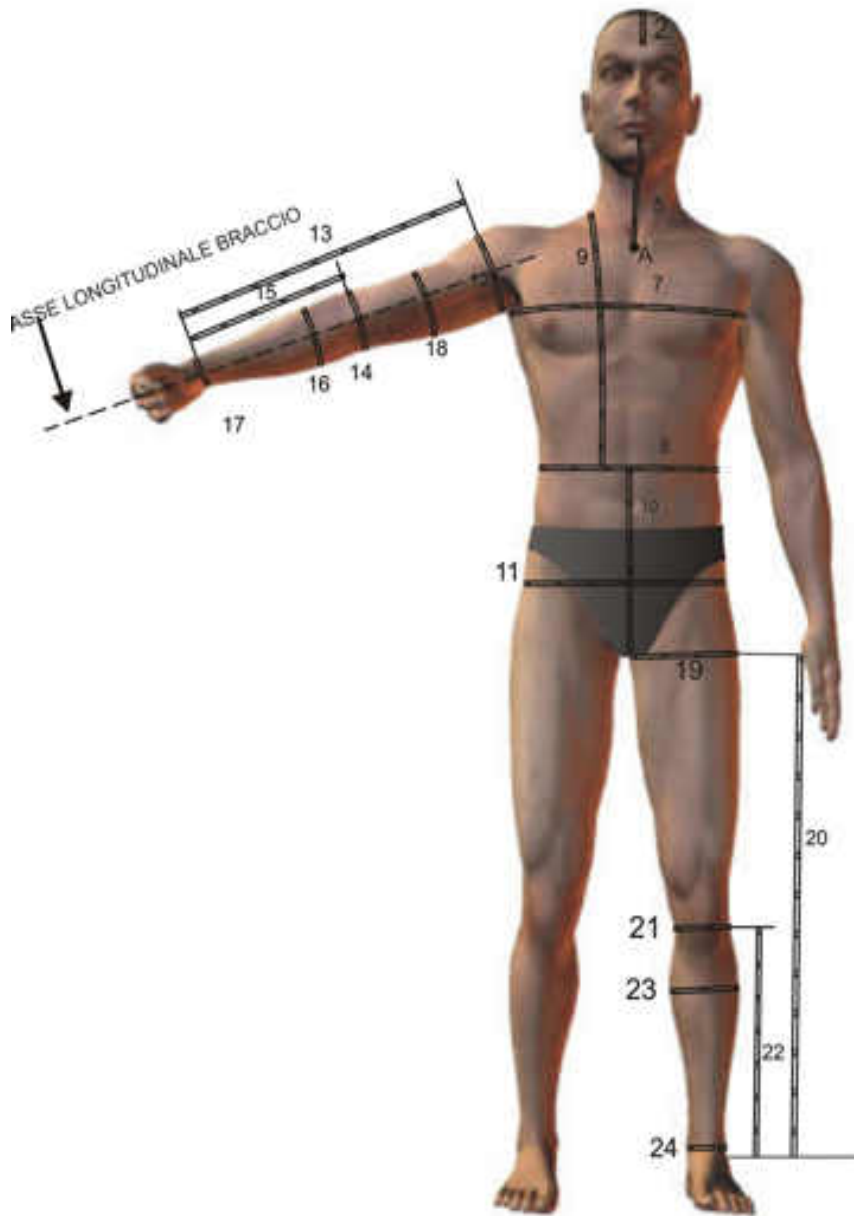
La posizione del corpo è sempre eretta e rilassata con le braccia lungo i fianchi.



- 6) Larghezza spalle : proiettare sopra le spalle in maniera perfettamente verticale, i punti di congiunzione delle braccia con il tronco e passare il centimetro fra questi cercando di seguire l'inclinazione delle spalle, il centimetro assumerà una configurazione leggermente ad arco.

In questa figura si può osservare anche come si posizionano le misure 1), 2), 3), 4), 7), 8) e 10) nella parte posteriore del corpo.

Ora vediamo come misurare la 7) Circonferenza torace.



Qui bisogna fare alcuni movimenti, alzare tutte e due le braccia, come la destra nella figura, passare il centimetro dietro la schiena subito sotto le ascelle, (osservare anche la figura precedente), abbassare un braccio, tirando un pochino il centimetro abbassare l'altro, ora con tutte e due le braccia rilassate lungo i fianchi controllare che il centimetro sia aderente sulla schiena, se non è aderente o se troppo stretto alzare un solo braccio e regolare la tensione- riabbassare il braccio, congiungere il centimetro sul davanti e effettuare la lettura.

8) Circonferenza vita : Cingere la vita col centimetro nel punto più stretto consiglio di effettuare con la penna due segni uno sul davanti e uno sul dietro faciliteranno la lettura dalle misure 9 e 10.

9) Distanza spalle circonferenza vita: individuare sopra la spalla il punto fra la spalla e il collo, - posizionarvi lo zero del centimetro e arrivare fino alla circonferenza della vita ( al segno della circ. vita).

10) Distanza cir. vita cavallo circ. vita: divaricare leggermente le gambe, dal segno della circ. vita sulla pancia, passare sotto il cavallo fino a raggiungere il segno della circ. vita sulla schiena, fare attenzione che il centimetro sia sempre aderente. Osservare anche la figura successiva.

11) Circonferenza bacino : cingere il bacino nel suo punto più largo. Alzare il braccio più forte (generalmente il destro) come in figura la linea inferiore del braccio deve formare un angolo di 90 gradi con la linea del tronco, serrare il pugno, tenere questa posizione per tutte le misure del braccio.

12) Circonferenza braccio ; rilevare la circ. del braccio perfettamente perpendicolare all' asse dello stesso, piazzare il centimetro a ridosso dell' ascella.

13)- Distanza braccio polso : dalla 12 fino al circ. del polso tenendo sempre il centimetro aderente al braccio.

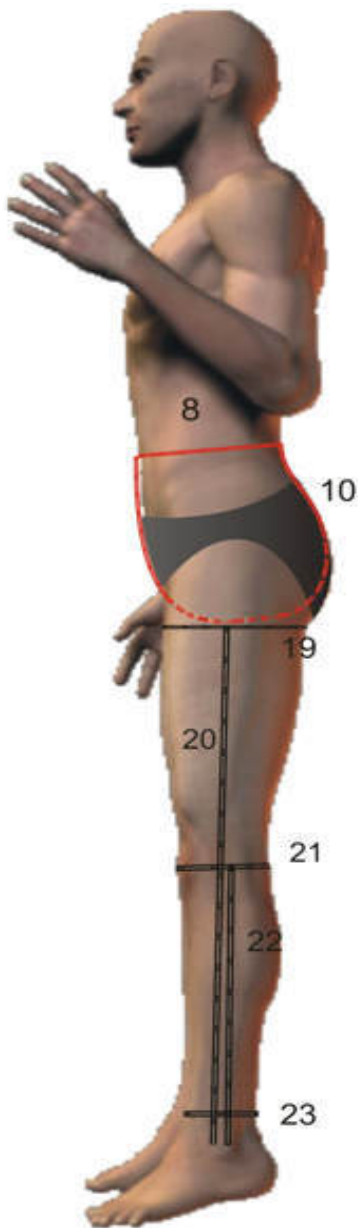
14) Circonferenza del gomito : non presenta particolari difficoltà

15) Distanza gomito polso : dalla 14 fino alla circ. del polso tenendo sempre il centimetro aderente al braccio

16) Circonferenza avambraccio :- misurare questa circonferenza nel punto più grande.

17) Circonferenza polso : non presenta particolari difficoltà

18) Circonferenza bicipite : rilevare la circ. del bicipite a metà fra il gomito e il braccio.



Per misurare le gambe tenere una postura sempre eretta e rilassata, le gambe leggermente divaricate .

Circonferenza coscia : prendere questa circonferenza subito sotto il cavallo.

20) Distanza circ. coscia – caviglia; dalla circ, coscia fino all’ osso esterno della caviglia

21) Circonferenza ginocchio : sopra la rotula.

22) Distanza circ. ginocchio – circ. caviglia; dalla circ, ginocchio fino all’ osso esterno della caviglia

23) Circonferenza polpaccio: nel punto più largo del polpaccio.

24) Circonferenza caviglia : nel punto più stretto della caviglia generalmente appena sopra l’osso esterno della caviglia. Avete finito Spero di esservi stato di aiuto.