

# Le misure

## OCCORRENTE:

-un metro da sarto

-un manichino o un volontario (sorella, mamma, amica...)

\*alcune misure puoi prenderle anche su te stessa

LUNGHEZZA SPALLE:

CRF TORACE (sopra seno):

H SENO:

CRF SENO:

DISTANZA SENO:

CRF SOTTO SENO:

H VITA DAVANTI:

H VITA DIETRO:

CRF VITA:

CRF FIANCHI:

LUNGHEZZA GINOCCHIO:

H CAVALLO DAVANTI:

H CAVALLO DIETRO:

CRF POLSO:

LUNGHEZZA BRACCIO:

LUNGHEZZA GAMBA INTERNA:

LUNGHEZZA GAMBA ESTERNA:

## NOTE:

·CRF=circonferenza

·H=altezza

