

# Определяем свои размеры, одежда и обувь

[http://trans-tema.com/opredelyem\\_razmery.htm](http://trans-tema.com/opredelyem_razmery.htm)

## Определяем свои размеры

У многих из нас существуют определённые проблемы при покупке одежды или обуви. Замечательно, если мы уже на таком достойном уровне, когда можем спокойно зайти в магазин одежды и без какого-либо неадекватности со стороны продавцов спокойно померить и выбрать себе по размеру вещь, оценив все достоинства и недостатки в отражении зеркала, посмотрев как на нас будет смотреться тот или другой фасон одежды - насколько он отлично прилегает, выделяет наши формы тела или наоборот скрадывает недостатки, которые мы хотим скрыть. Так или иначе при покупке вещи, помимо её привлекательности в стиле и цвете, самым главным фактором всегда остаётся - размер. Даже очень понравившаяся нам вещь, если она будет нам не идти по размеру, доставит нам много грусти и разочарований. В результате, в лучшем случае, если размер можно в последствии ещё подогнать, мы заработаем себе дополнительную проблему с подгонкой одежды дома или в ателье. К сожалению такое не всегда можно исправить, особенно если размер оказался мал.

Итак, давайте рассмотрим, как же правильно выбирать одежду.

### Выбираем размер обуви.

Для того что бы самостоятельно определить свой размер обуви, вам надо взять лист бумаги, поставить обе ноги на лист бумаги и обвести стопы карандашом. Затем измерьте расстояние от пятки до наиболее выделяющегося пальца. Если у вас стопы правой и левой ноги отличаются, то выберите наибольший получившейся размер. Полученная величина, округлённая до 5 мм. и будет вашим размером, который соответствует Российской системе.

В Европейской (Франция, Италия) системе, за единицу измерения принят не миллиметр а штих, который равен  $2/3$  мм, то есть  $1$  штих = 6,66 мм.

Таким образом вы можете вполне точно вычислить без затруднений размер обуви, произведя перерасчёт.

Так же важный момент - это декоративный припуск и полнота стопы. Так же стоит учитывать, что многие производители могут отходить от стандартов, вот почему и встречаются, так называемые "маломерки".

### Выбираем размер одежды.

Для того что бы правильно определить свой размер одежды, необходимо грамотно снять мерки (обязательно поверх нижнего белья которое вы обычно носите).

Проверьте что бы ваша мерочная лента не была растянута.

#### Обхват груди.

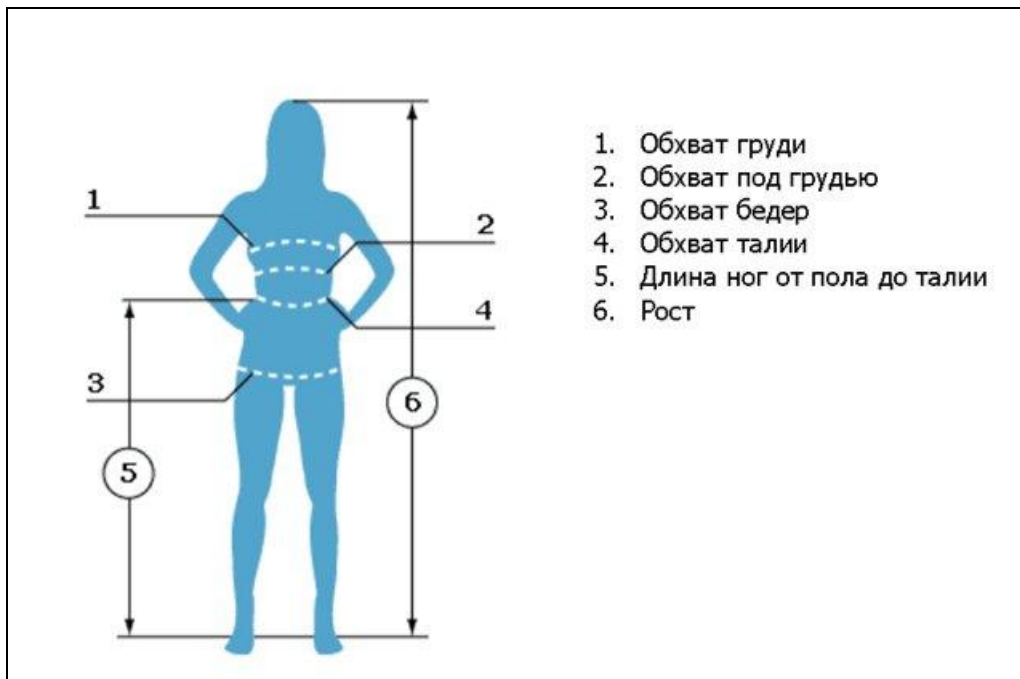
Спереди сантиметровая лента должна проходить по наиболее выступающим точкам груди, сбоку - под подмышечными впадинами, на спине - немного выше.

#### Обхват талии.

Измеряется строго горизонтально по естественной линии талии.

#### Обхват бедер.

Сантиметровая лента должна проходить строго горизонтально, по наиболее выступающим точкам ягодиц.



После, сравните полученные данные с результатами.

**размер 40**

рост, см. **155-161**

обхват груди, см. **80**

обхват талии, см. **59**

обхват бедер, см. **88**

размер руки до запястья, см. **52-54**

длина бокового шва до пола, см. **97-102**

**размер 42**

рост, см. **161-167**

обхват груди, см. **84**

обхват талии, см. **64**

обхват бедер, см. **91**

размер руки до запястья, см. **53-55**

длина бокового шва до пола, см. **101-105**

**размер 44**

рост, см. **161-167**

обхват груди, см. **88**

обхват талии, см. **67**

обхват бедер, см. **96**

размер руки до запястья, см. **53-55**

длина бокового шва до пола, см. **101-105**

**размер 46**

рост, см. **167-173**

обхват груди, см. **92**

обхват талии, см. **70**

обхват бедер, см. **100**

размер руки до запястья, см. **57-59**

длина бокового шва до пола, см. **105-110**

**размер 48**

рост, см. **173**

обхват груди, см. **96**

обхват талии, см. **74**

обхват бедер, см. **104**

размер руки до запястья, см. **57-59**

длина бокового шва до пола, см. **105-110**

**размер 50**

рост, см. **173-179**

обхват груди, см. **100**

обхват талии, см. **78**

обхват бёдер, см. **108**

размер руки до запястья, см. **58-60**

длина бокового шва до пола, см. **111-115**

**размер 52**

рост, см. **179**

обхват груди, см. **104**

обхват талии, см. **82**

обхват бёдер, см. **112**

размер руки до запястья, см. **58-60**

длина бокового шва до пола, см. **111-115**