

## HERRAR 46–60, längd 180 ± 3 cm, normal kroppsbyggnad

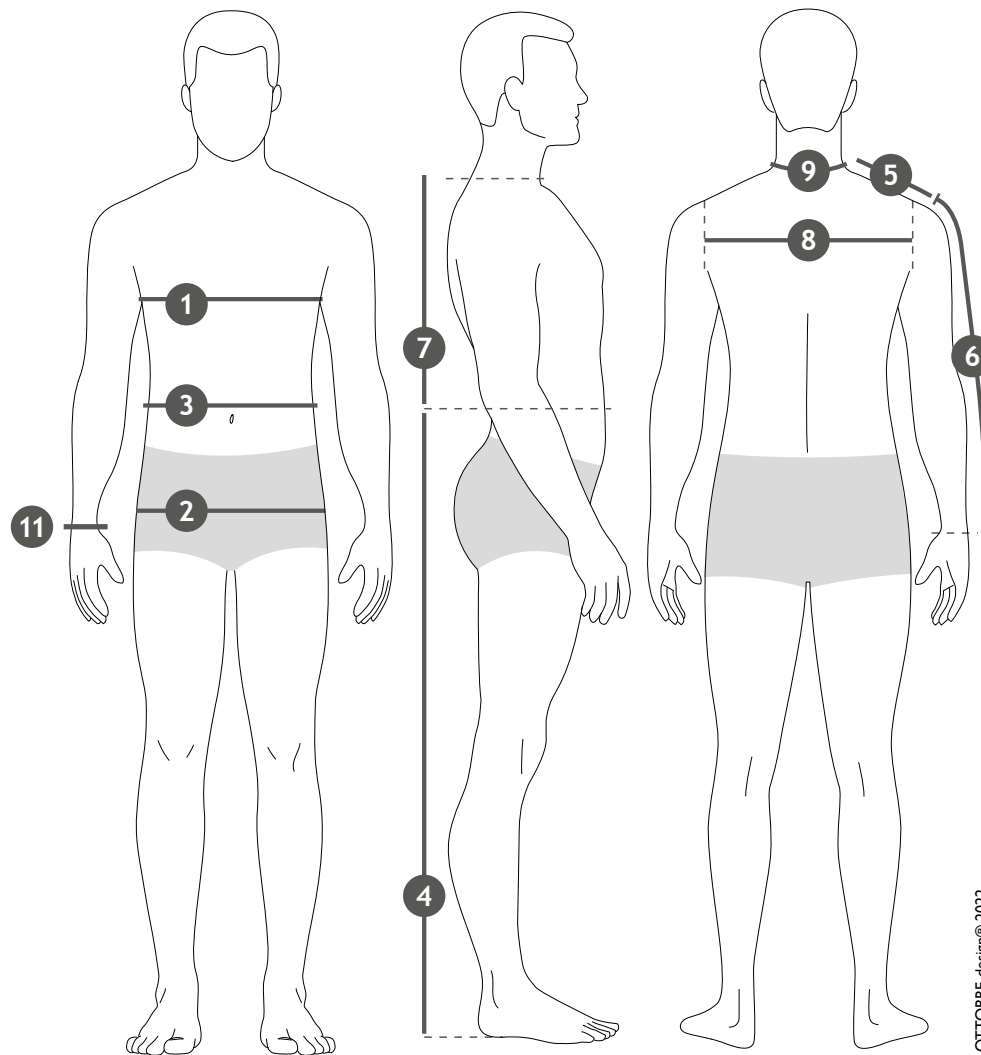
Storlek	46	48	50	52	54	56	58	60
1. Bröstvidd	92	96	100	104	108	112	116	120
2. Stussvidd	94	98	102	106	110	114	118	122
3. Midjevidd	80	84	88	92	96	100	104	108
4. Yttre benlängd	112	112	112	112	112	112	112	112
5. Axellängd	14	14,3	14,6	14,9	15,2	15,5	15,8	16,1
6. Ärmlängd	64	64	64	64	65	65	65	65
7. Rygglängd	44,4	44,7	45	45,3	45,6	45,9	46,2	46,5
8. Ryggbredd	38	39	40	41	42	43	44	45
9. Halsvidd	39	40	41	42	43	44	45	46

Läs måttanvisningarna noggrant på s. 2!

Kroppslängd: \_\_\_\_\_ Storlek: \_\_\_\_\_

	mått (cm)	tabellmått*	skillnad**
1. Bröstvidd			
2. Stussvidd			
3. Midjevidd			
4. Yttre benlängd			
5. Axellängd			
6. Ärmlängd			
7. Rygglängd			
8. Ryggbredd			
9. Halsvidd			
11. Handledsvidd			

\*tabellmått: till överdelar jämför du tabellens bröstvidd och till byxor jämför du tabellens stussvidd med den storlek som passar måttet bäst.  
 \*\*skillnad: skillnaden mellan tabellmättet och ditt mått.



## Måttagning

Det är bra att vara två vid måttagningen eftersom det är svårt att ta exakta mått av sig själv. Ta måtten stående framför en spegel så kan du kontrollera hur måttbandet löper på ryggvidan. För måttagningen behövs ett måttband, en penna och ett papper.

Du behöver dessutom två mätbandsband; ett som knyts runt midjan och ett som knyts runt halsroten. Banden kan göras av en 4 cm bred bomullsremsa som pressas tredubbel och klipps i lämpliga längder.

Placera det ena mätbandsbandet runt den naturliga midjan. Den finns mellan naveln och nedre bröstkorgen, oftast längs en vågrät linje mot armvecken. Kontrollera att bandet är vågrätt och fäst det spånt med en säkerhetsnål. Knyt det andra bandet runt halsroten så löst att du utan problem kan placera ett finger mellan bandet och halsen. Bandet lägger sig runt halsroten och nederkanten vilar på axlarna. Med mätbandsbandens hjälp är det lätt att ta exakta mått, såsom ryggglängden och benets sidlängd.

Måtten tas utanpå åtsittande underkläder, ta strama mått: inte för spända och inte för lösa. Personen som mäts bör stå rakryggad men avslappnad och låta armarna hänga fritt längsmed sidorna. Personen andas lugnt och måtten tas vid utandningen.

## Kroppslängd

Personen står rakryggad med ryggen och hämlarna mot en vägg och den räta vinkeln mellan väggen och hjässan markeras med t.ex en bok. Mät längden från golvet till markeringen.

### 1. Bröstvidd

Mät vågrätt över bröstkorgen; måttbandet löper över bröstkorgen och skulderbladen beaktande bröstets högsta punkt.

### 2. Stussvidd

Mät vågrätt runt stussens bredaste parti.

### 3. Midjevidd

Mät runt den naturliga midjan innan midjebandet knyts fast. Observera att den naturliga midjans mått inte är samma mått som byxmidjans. Detta mått används som hjälpmått vid mönsterkonstruktionen.

### 4. Yttre benlängd

Mät från midja till golvet; börja från midjebandets nederkant.

### 5. Axellängd

Mät axellängden från halsroten till axelspetsen.

### 6. Ärlängd

Mät ärlängden från axelspetsen via armbågen till handleden. Ta måttet med armen en aning böjd.

### 7. Ryggglängd

Mät ryggglängden från nackkotan till midjebandets nederkant.

### 8. Ryggbredd

Föreställ dig lodräta linjer från båda armhålsvecken mot axlarna. Mät bredden vågrätt mellan linjerna, så att måttbandets övre kant går en handbredd från halsroten.

### 9. Halsvidd

Mät halsens omkrets så att måttbandets nederkant vilar mot axlarna vid halsroten. Lägg ett finger mellan måttbandet och halsen då du mäter.

## Kontrollmått

### 10. Längdmått för skjorta, blus eller jacka

Mät längden mitt bak från översta nackkotan mot höften, så långt som du vill att plagget ska bli. Jämför måtten med mönstret och gör de ändringar som behövs.

### 11. Handledsvidd

Mät runt handleden nära handryggen. Om du vill att din armbandsklocka skall få plats under ärmslutet, så ta måttet utanpå den.

## Val av rätt mönsterstorlek

Måttabellens mått är fasta kroppsmått. Mönstren innehåller den rörelsevidd som varje modell kräver.

Välj mönsterstorlek till överdelar (skjortor, blusar, jackor, västar) enligt övervidden och välj byxstorlek enligt stussvidden och kontrollera att midjevidden passar dina mått.

Modellerna är konstruerade till 177-183 cm långa personer. Om du är avsevärt kortare eller längre, kan du ändra mönstren innan tillklippningen. De mått som bör kontrolleras är skjortans, blusens eller jackans längd samt ärmlängden och byxlängden.