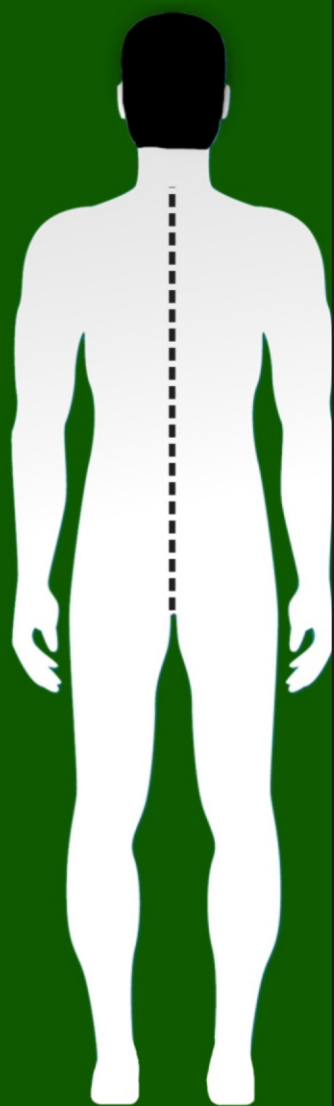


Como tirar as medidas necessárias para a confecção de sua farda sob medida.



1° passo:
Comprimento da túnica ou camisa:
posicione a fita métrica no centro das costas à altura da 1ª vértebra do pescoço até a cobertura das nádegas.



2° passo:
Comprimento da jaqueta:
posicione a fita métrica no centro das costas à altura da 1ª vértebra até tocar os bolsos traseiros.



3° passo:
ombro a ombro:
posicione a fita métrica pelas costas, medindo de osso a osso, certifique-se de que a fita esteja de forma paralela ao chão.



4° passo:
ombro:
posicione a fita métrica no centro da parte posterior do pescoço à ponta do ombro.



5° passo: Braço para manga curta: posicione a fita métrica no local onde terminou a medida do ombro até onde você gosta de usar a manga curta. Cerca de 3 centímetros da dobra do braço.



6° passo: Braço para manga comprida: posicione a fita métrica onde terminou a medida do ombro à dobra da mão.



7° passo: Biceps: Meça a circunferência da parte mais grossa de seu braço evitando dar folga à fita.



8° passo: Colarinho: Meça a circunferência da base de seu pescoço, abaixo do pomo de Adão ("gógó") deixando 1 dedo por dentro da fita.



9° passo: peito: Com os braços para baixo, passe a fita métrica pela parte mais larga de seu peito, certifique-se que a fita esteja paralela ao chão.



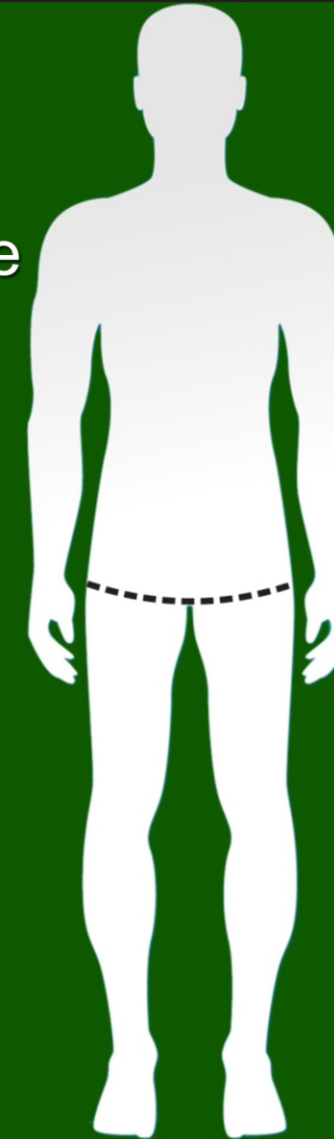
10° passo: abdômen: De pé, passe a fita métrica em torno de seu abdômen sem que deixe folga.



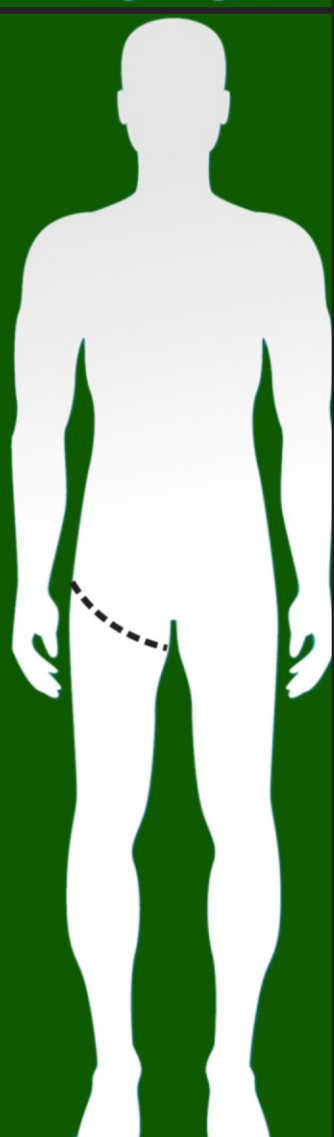
11° passo: Cintura da calça: De pé, passe a fita métrica em torno da cintura, na altura que se usa o cós da calça sem que deixe folga.



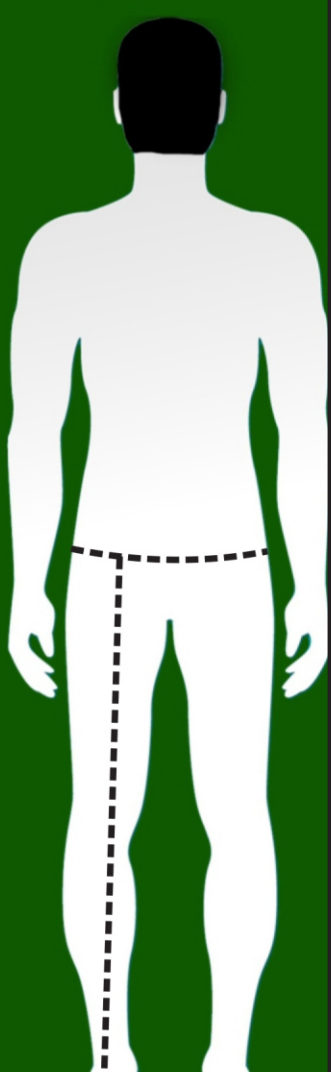
12° passo: Quadril: Meça com a fita métrica a parte mais larga da circunferência do quadril.



13° passo: Coxa: Encostando na virilha, meça a parte mais larga de sua coxa.



14° passo: Comprimento da perna: Posicione a fita métrica no local da cintura, sem considerar os 4 cm do cós até o final do tornozelo.



15° passo: Gavião da calça: Posicione a fita métrica no centro, pela frente da cintura sem considerar os 4 cm do cós, passe entre as pernas até o cós traseiro, ao centro.



16° passo: Cabeça: Meça a circunferência da cabeça na altura da testa.

