

**POPROWADZĘ CIĘ
KROK PO KROKU JAK
PRAWIDŁOWO ZDJAĆ MIARĘ
CENTYMETREM
KRAWIECKIM**

**ABY PRZYGOTOWAĆ DLA
CIEBIE
PROJEKT NA TWÓJ ROZMIAR
BĘDĘ POTRZEBOWAĆ
TWOJCH OBWODÓW**

**PONIŻEJ ZNAJDUJE SIĘ
INSTRUKCJA JAK
PRAWIDŁOWO SIĘ ZMIERZYĆ**

MODO
MIGLIORE

for you



for you

MODA MIGLIORE

SZYCIE NA MIARĘ

OBWODY

**SĄ TO POMIARY DOKONYWANE
WZDŁUŻ LINI PRZYLEGAJĄCYCH
DOOKOŁA MIERZONYCH CZĘŚCI
CIAŁA**

- 1. OBWÓD SZYI**
- 2. OBWÓD KLATKI PIERSIOWEJ PRZEZ
PIERSI**
- 3. OBWÓD PASA**
- 4. OBWÓD BIODER Z
UWZGLĘDNIENIEM BRZUCHA**

for you



POMIAR OBWODU SZYI

OPIS ZDEJMOWANIA MIARY

1. OBWÓD SZYI

**MIERZY SIĘ Z PRZODU PONIŻEJ
CHRZĄSTKI TARCZYCOWEJ,
A Z TYŁU POWYŻEJ PUNKTU
KARKOWEGO**

for you



POMIAR OBWODU KŁATKI PIERSIOWEJ

OPIS ZDEJMOWANIA MIARY

2. OBWÓD KŁATKI PIERSIOWEJ PRZEZ PIERSI

MIERZY SIĘ W POZIOMIE
CENTYMETREM
PRZEZ BRODAWKI PIERSIOWE

for you



POMIAR OBWODU PASA

OPIS ZDEJMOWANIA MIARY

3. OBWÓD PASA

MIERZY SIĘ W POZIOMIE W MIEJSCU
NAJWĘKSZEGO PRZEWĘŻENIA
TŁOWIA

for you



POMIAR OBWODU BIODER

OPIS ZDEJMOWANIA MIARY

4. OBWÓD BIODER Z UWZGLĘDNIENIEM WYPUKŁOŚCI BRZUCHA

MIERZY SIĘ W POZIOMIE
Z TYŁU
PRZEZ NAJWIEKSZĄ WYPUKŁOŚĆ
POŚLADKÓW
Z PRZODU OD NAJWIEKSZEJ
WYPUKŁOŚCI BRZUCHA

for you

