

Jak poprawnie zdjąć miarę?

Przygotowanie

1. **Użyj metra krawieckiego.** Jakikolwiek inny przyrząd mierniczy będzie niedokładny.
2. Trzymaj metr naprężony, ale nie naciągaj jej zbyt mocno.
3. Ubierz swoją bieliznę i **zawiąż wąską wstążkę lub kawałek gumki wokół talii**, ale nie za ciasno. Poruszaj się trochę, dopóki gumka lub wstążka nie znajdzie naturalnej talii. **Pamiętaj, że może to nie być miejsce, w którym znajduje się pas Twoich ulubionych spodni lub dżinsów!**
4. Załóż **te same buty, które będziesz mieć w dniu ślubu.** Jeśli jeszcze ich nie masz, załóż buty o tej samej wysokości obcasa, który zamierzasz włożyć.
5. Rozstaw stopy na szerokość ok 15 cm (6 cali).
6. **Poproś kogoś aby zdjął z Ciebie miarę.** Może to być profesjonalna krawcowa lub członek rodziny albo przyjaciółka. Zdejmowanie miary nie jest skomplikowane ale nie rób tego sama, bo możesz zdjąć niedokładne pomiary.
7. Jeśli chcesz uniknąć błędów, **zdejmij wymiary trzy razy.** Jeśli niektóre liczby nieco się od siebie różnią (nie panikuj, w końcu musisz oddychać ;), zapisz średnią.

PAMIĘTAJ! Nawet jeśli wcześniej wykonałaś pomiary, sprawdź je dokładnie zgodnie z naszym przewodnikiem. Zajmie Ci to tylko kilka minut, ale będziesz mieć pewność, że zrobiłaś to zgodnie z naszym schematem.



1. Klatka piersiowa

To nie to samo, co rozmiar biustonosza. Zamiast tego jest to pomiar najpełniejszej części twojej klatki piersiowej. Trzymaj ramiona rozluźnione wzdłuż tułowia. Metr krawiecki powinien przebiegać przez najszerszą część pleców i najpełniejszą część biustu.

2. Naturalna talia

To Twoja naturalna talia lub jej największa część. Zwykle znajduje się 2,5 cm (1 cal) lub 5 cm (2 cale) powyżej pępka. Nie wciągaj brzucha, chyba chcesz móc oddychać w dniu ślubu i zjeść kawałek tortu weselnego.

3. Biodra

Jest to pomiar najpełniejszej części bioder. Przesuń taśmę po kości biodrowej.

4. Środek pleców

Środek pleców to pionowa długość od punktu środkowego szyi (ostatni kręgosłup - C7) do punktu naturalnej talii.

5. Długość pod biustem.

Przesuń taśmę tuż pod biustem i zmierz.

6. Szerokość ramion

Pobierz miarę od wierzchołka do końca barku, tak jak pokazano na instrukcji.

7. Biceps

Napnij bicepsy i zdejmij z nich miarę.

8. Nadgarstek

Zmierz wokół nadgarstka.

9. Długość rękawa

Weź miarę od wierzchołka barku (szew barkowy) przez zewnętrzną stronę ramienia w dół.

10. Długość od talii do podłogi w butach ślubnych

Weź miarę od wysokości talii po biodrze do podłogi. Miej wtedy założone buty ślubne lub inne buty tej samej wysokości.

UWAGA! Miara nie powinna być zdejmowana zbyt ciasno. Zawsze łatwiej zwęzić suknię niż ją poszeżyć.

