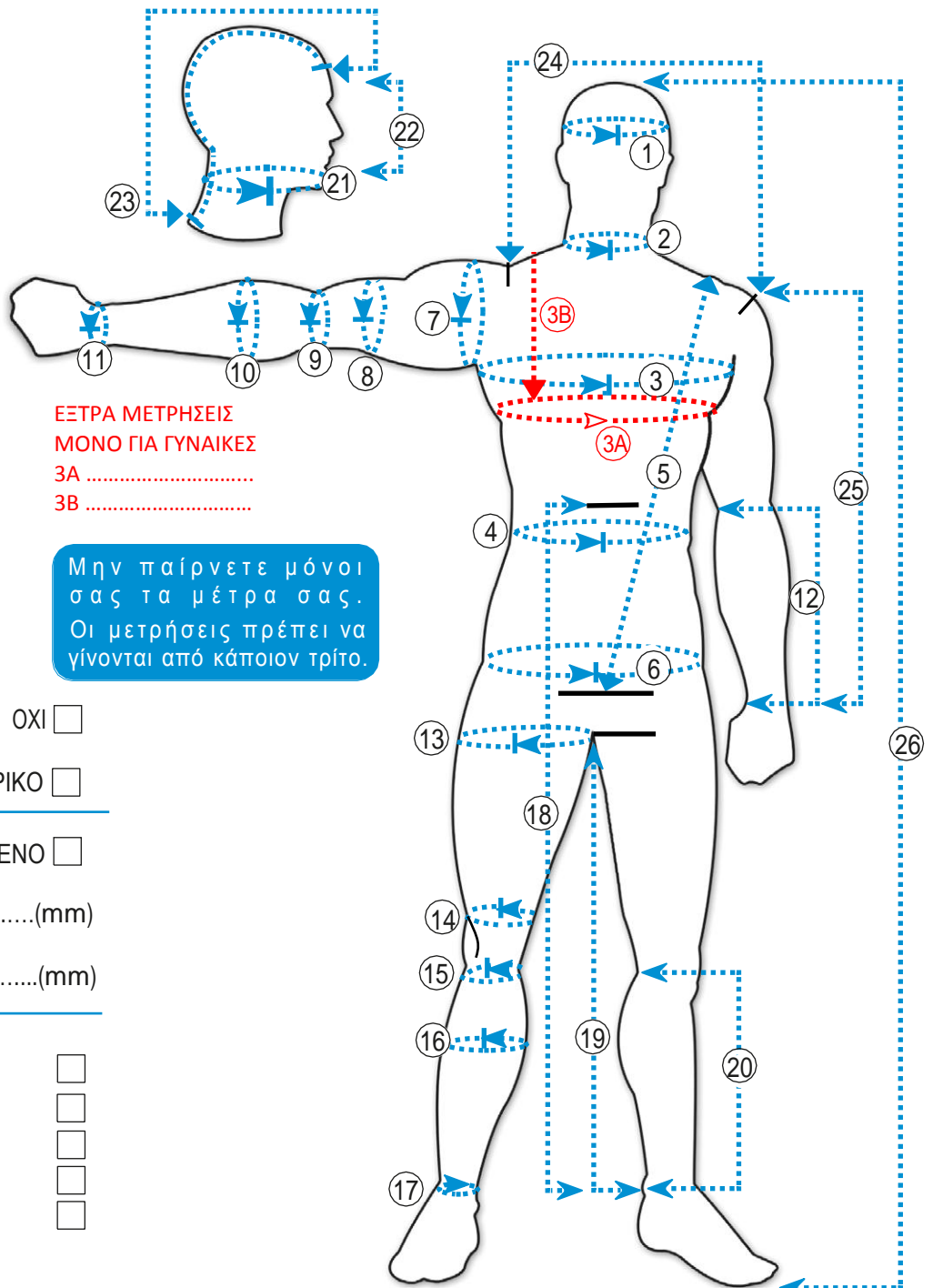


(όλες οι διαστάσεις σε εκατοστά)

1.	.....	14.	.....
2.	.....	15.	.....
3.	.....	16.	.....
4.	.....	17.	.....
5.	.....	18.	.....
6.	.....	19.	.....
7.	.....	20.	.....
8.	.....	21.	.....
9.	.....	22.	.....
10.	.....	23.	.....
11.	.....	24.	.....
12.	.....	25.	.....
13.	.....	26.	.....
		27.	.....Kg



**ΕΣΤΡΑ ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ  
ΜΟΝΟ ΓΙΑ ΓΥΝΑΙΚΕΣ**  
3A .....  
3B .....

Μην παίρνετε μόνοι σας τα μέτρα σας. Οι μετρήσεις πρέπει να γίνονται από κάποιον τρίτο.

ΕΠΙΣΤΗΘΙΟ ΟΠΛΙΣΜΑΤΟΣ: ΝΑΙ  ΟΧΙ

ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ  ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ

ΛΕΙΟ/ΞΥΡΙΣΜΕΝΟ  LYCRA/ΞΥΡΙΣΜΕΝΟ

ΠΑΧΟΣ ΣΑΚΑΚΙΟΥ: .....(mm)

ΠΑΧΟΣ ΠΑΝΤΕΛΟΝΙΟΥ: .....(mm)

**ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ**

- ΠΡΑΣΙΝΟ-ΚΑΦΕ-ΓΚΡΙ
- ΜΠΛΕ-ΓΚΡΙ
- ΚΟΚΚΙΝΟ
- ΜΑΥΡΟ
- ΑΛΛΟ

**ΣΧΟΛΙΑ – ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ**

.....  
.....

(27) ΣΥΝΟΛΙΚΟ ΒΑΡΟΣ (kgr)

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΠΑΡΑΓΕΛΙΑΣ**

ΕΠΩΝΥΜΟ: ..... ΟΝΟΜΑ: ..... ΤΗΛ. No: .....

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: ..... Τ.Κ.: ..... ΧΩΡΑ: .....

ΗΜΕΡ/ΝΙΑ: ..... ΥΠΟΓΡΑΦΗ: .....

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΩΣΤΗΣ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗΣ ΠΙΝΑΚΑ ΜΕΤΡΗΣΕΩΝ

1.	Περίμετρος Κεφαλής (μετώπου): Περιμετρικά, λίγο επάνω από τα φρύδια
2.	Περίμετρος Λαιμού: Περιμετρικά, σε στάση προσοχής
3.	Περίμετρος Θώρακα: Περιμετρικά, (μεζούρα ψηλά κάτω από τις μασχάλες)
4.	Περίμετρος Μέσης: Περιμετρικά, στο πιο στενό σημείο
5.	Απόσταση Τραπεζοειδούς - άκρου (τέλους) σακακιού (μήκος σακακιού)
6.	Περίμετρος Λεκάνης: Περιμετρικά, στο πιο φαρδύ σημείο
7.	Περίμετρος Μασχάλης: Περιμετρικά στην ένωση
8.	Περίμετρος Μπράτσου (μέση, στο παχύτερο σημείο): Περιμετρικά
9.	Περίμετρος Αγκώνα: Περιμετρικά, στο πιο στενό σημείο (Τεντωμένο χέρι)
10.	Περίμετρος Πήχη (επάνω): Περιμετρικά, ψηλά, στο πιο φαρδύ σημείο
11.	Περίμετρος Καρπού: Περιμετρικά, στο πιο στενό σημείο όπου τελειώνει το σακάκι
12.	Απόσταση Αγκώνα - Καρπού (Τεντωμένο χέρι - μέτρηση εσωτερικά)
13.	Περίμετρος Μηρού (επάνω): Περιμετρικά, ψηλά, στο πιο φαρδύ σημείο, από τον καβαλο
14.	Περίμετρος Μηρού (κάτω): Περιμετρικά, χαμηλά, επανω από το γόνατο
15.	Περίμετρος Γονάτου: Περιμετρικά, στο πιο στενό σημείο από κάτω (Τεντωμένο πόδι)
16.	Περίμετρος Γάμπας: Περιμετρικά, ψηλά, στο πιο φαρδύ σημείο
17.	Περίμετρος Αστραγάλου: Περιμετρικά, στο πιο στενό σημείο που τελειώνει το παντελόνι
18.	Μήκος Παντελονιού: Απόσταση Αστραγάλου – Μέσης (τέλος παντελονιού)
19.	Απόσταση Αστραγάλου – Καβάλου (Τεντωμένο πόδι – μέτρηση κατακόρυφη)
20.	Απόσταση Κλείδωσης Γονάτου (πίσω) - Αστραγάλου (άκρη-τέλος παντελονιού)
21.	Περίμετρος Κεφαλής (γνάθου): Περιμετρικά, λίγο επάνω από το σαγόνι
22.	Στόμιο Κουκούλας: Από τα φρύδια έως λίγο κάτω από το κάτω χείλος
23.	Μήκος Κουκούλας: Από τα φρύδια κι επάνω έως πίσω στον πρώτο σπόνδυλο του αυχένα
24.	Απόσταση Ωμοπλάτης: Πίσω από τις ωμοπλάτες, από ακρώμιο έως ακρώμιο (μεζούρα ριχτή)
25.	Απόσταση Ακρωμίου - Καρπού (Τεντωμένο χέρι κάτω) - Μανίκι
26.	Ύψος (τυπική μέτρηση)
27.	Βάρος (τυπικό ζύγισμα)
3A.	Περίμετρος στήθους στο μεγαλύτερο σημείο, (μόνο για γυναίκες)
3B.	Ύψος από άκρη στήθους (θηλή) μέχρι το ακρώμιο, (μόνο για γυναίκες)