



PRISE DE MESURES

Comment je fais ?

Vous voulez confectionner ou commander un vêtement sur-mesure ?
Voici tout ce qu'il faut savoir pour bien prendre ses mesures !

- * Le faire soi même est à éviter, les mesures en seraient faussées, alors on se fait aider.
- * On les prend de préférence en sous-vêtements, en se tenant bien droit et on ne triche pas en rentrant le ventre.
- * On place le mètre ruban bien horizontalement ou verticalement, et on ne le sert pas trop.

Retrouvez dans les pages suivantes tous les détails et conseils pour y arriver !!!



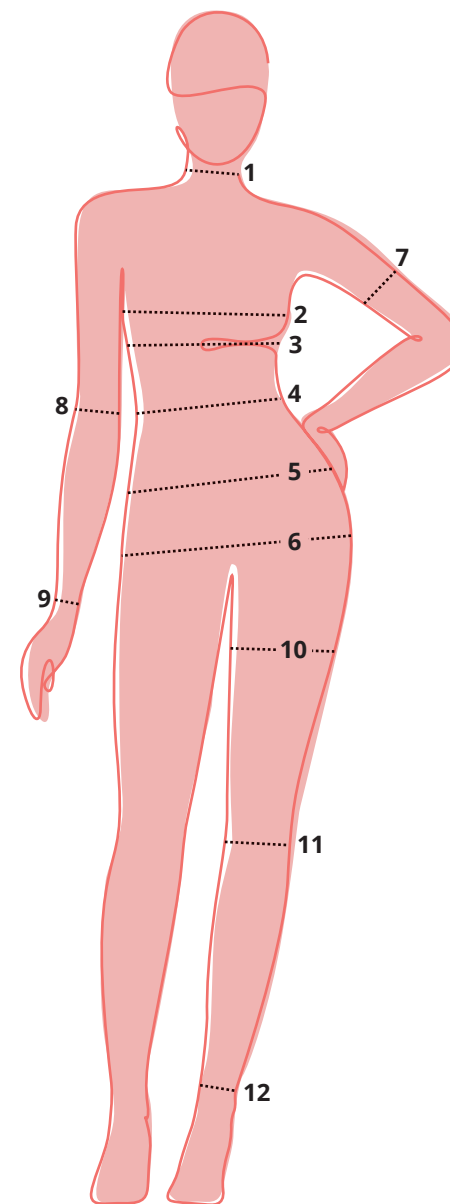


Yza, l'atelier de mode

PRISE DE MESURES

Nom/Prénom
------------	-------

1	Tour de cou
2	Tour de poitrine
3	Tour sous poitrine
4	Tour de taille
5	Tour petites hanches
6	Tour de hanches
7	Tour de bras
8	Tour de coude
9	Tour de poignet
10	Tour de cuisse
11	Tour de genou
12	Tour de cheville



► Conseils pour chaque mesure en page 4

Ce document a été créé par Yza l'atelier de mode, il est réservé à un usage personnel.

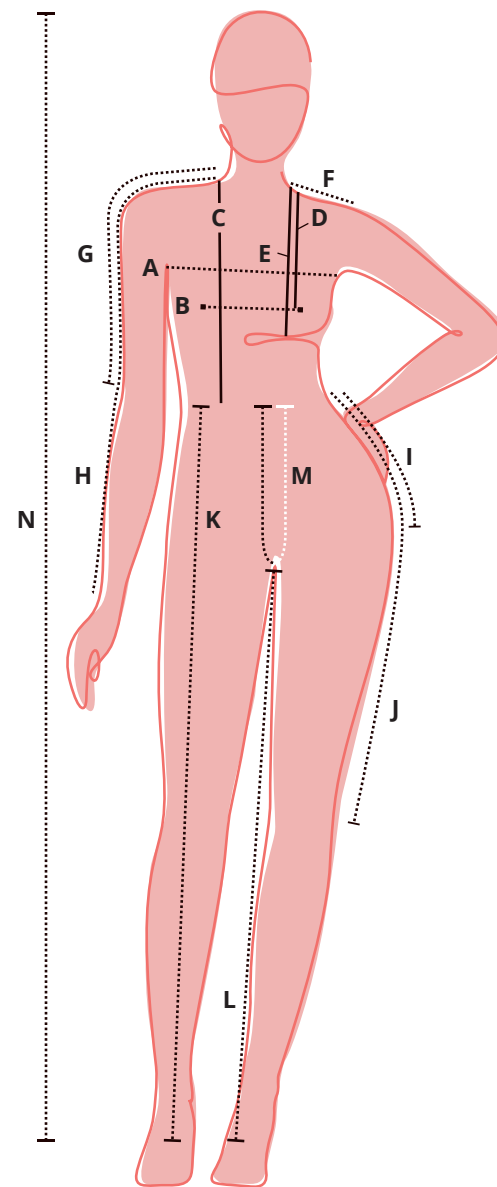




Yza l'atelier de mode

PRISE DE MESURES

Nom/Prénom	
A	Carrure devant
	Carrure dos
B	Écartement des seins
C	Hauteur taille devant
	Hauteur taille dos
D	Hauteur poitrine
E	Hauteur sous poitrine
F	Longueur d'épaule
G	Longueur coude
H	Longueur bras
I	Hauteur taille-hanches
J	Hauteur taille-génu
K	Longueur latérale
L	Longueur entrejambe
M	Enfourchure
N	Hauteur du corps



► Conseils pour chaque mesure en page 4

Ce document a été créé par Yza l'atelier de mode, il est réservé à un usage personnel.





CONSEILS POUR LA PRISE DE MESURES

Descriptif page 1

1 / Tour de cou : placer le mètre à la base du cou juste au-dessus des clavicules

2 / Tour de poitrine : placer le mètre sur les pointes des seins

3 / Tour sous poitrine : placer le mètre juste en dessous des seins

4 / Tour de taille : placer le mètre sur la partie la plus creusée de la taille

5 / Tour petites hanches : placer le mètre au dessus du coccyx

6 / Tour de hanches : placer le mètre au point le plus fort des fesses

7 / Tour de bras : placer le mètre au point le plus fort du bras au niveau du biceps

8 / Tour de coude : placer le mètre sur le saillant du coude

9 / Tour de poignet : placer le mètre à la base de la main

10 / Tour de cuisse : placer le mètre au point le plus fort de la cuisse environ 10 cm sous l'entrejambe

11 / Tour de genou : placer le mètre au milieu de la rotule

12 / Tour de cheville : placer le mètre à la base du pied

Descriptif page 2

A / Carrure devant : distance entre les jointures des bras devant
Carrure dos : distance entre les jointures des bras dos

B / Écartement des seins : distance entre les pointes des seins

C / Hauteur taille devant : distance entre la base du cou et la taille en passant par la pointe du sein

Hauteur taille dos : distance entre la base du cou et la taille le long de la colonne vertébrale

D / Hauteur poitrine : distance entre la base du cou et la pointe du sein

E / Hauteur sous poitrine : distance entre la base du cou et le dessous du sein en passant par sa pointe

F / Longueur d'épaule : distance entre la base du cou et l'articulation de l'épaule

G / Longueur coude : distance entre la base du cou et le saillant du coude

H / Longueur bras : distance entre la base du cou et le poignet

I / Hauteur taille-hanches : distance entre le creux de taille et le point le plus fort des fesses

J / Hauteur taille-genou : distance entre le creux de taille et le milieu de la rotule

K / Longueur latérale : distance entre le creux de taille et le sol

L / Longueur entrejambe : distance entre l'entrejambe et le sol

M / Enfourchure : distance entre la taille devant et la taille dos en passant par l'entrejambe

N / Hauteur du corps : distance entre le crâne et le sol

