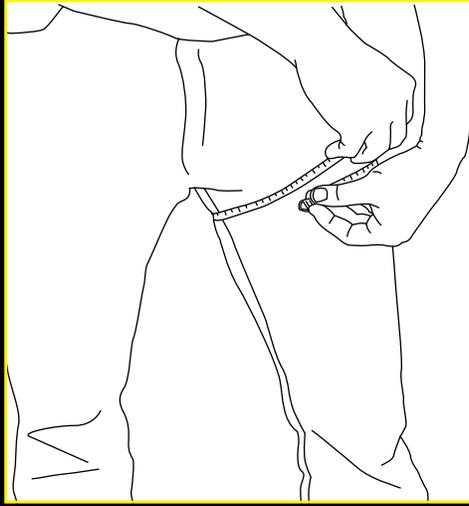
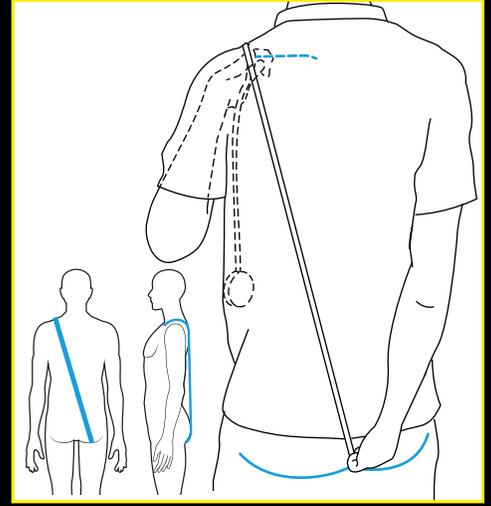




يُقاس محيط صدرك بعد ترك بوصتين (0 سم) من تحت إبطيك.



يُقاس محيط فخذك بعد ترك ٣ بوصات (٧,٥ سم) من تحت أصل الفخذ، على جانب الفخذ الأكثر استخدامًا.



ابدأ قياس ظهرك من أسفل الورك الأيمن (الثنية الألووية)، ثم مرر الشريط على كتفك الأيسر وصولاً إلى أسفل عظمة الترقوة (الترقوة) اليسرى.

الجزء	المقاسات	الأحجام					
الظهر	دجوي ال	عمر رجل بساني دجاو ساقم					
أحزمة الكففين للنساء	نم (مرس 5) نيتصوب كرت دعب ردصل اطيحمر نيطلبإلا تحت	(مرس 104 إلى 66 نم) ةصوب 41 إلى 26 نم: تريغص			(مرس 123 إلى 104 نم) ةصوب 49 إلى 41 نم: تريبك		
أحزمة الكففين للرجال	نم (مرس 5) نيتصوب كرت دعب ردصل اطيحمر نيطلبإلا تحت	(مرس 114 إلى 71 نم) ةصوب 45 إلى 28 نم: تريغص			(مرس 137 إلى 107 نم) ةصوب 54 إلى 42 نم: تريبك		
دواعم الفخذين	ساقبي يذلا أو أمُرادختسا رثكألا ذخفال اطيحمر لصلأ تحت نم (مرس 7.5) تاصوب 3 كرت دعب ذخفال	تريغص: (مرس 60 إلى 48 نم) ةصوب 23.6 إلى 18.75 نم	تطسو: (مرس 72 إلى 56 نم) ةصوب 28.5 إلى 22 نم	تريبك: (مرس 88 إلى 68 نم) ةصوب 34.5 إلى 26.75 نم			
تاباصع S1000	اؤورم (قويولأا فينثالا) نمريألا فدرلا لفسأ رسيألا فتكلاب (قوورثالا) قوورثالا ةمرطع لفسأ إلى الأوصو يرسيلأ	1: لوطالا ةصوب 32.5 إلى 29.5 نم (مرس 83 إلى 75 نم)	2: لوطالا ةصوب 34.5 إلى 31.5 نم (مرس 88 إلى 80 نم)	3: لوطالا ةصوب 36.5 إلى 33.5 نم (مرس 93 إلى 85 نم)	4: لوطالا ةصوب 38.5 إلى 35.5 نم (مرس 98 إلى 90 نم)	5: لوطالا ةصوب 40.5 إلى 37.5 نم (مرس 103 إلى 95 نم)	6: لوطالا ةصوب 42.5 إلى 39.5 نم (مرس 108 إلى 100 نم)
(قويوق تاباصع) S1500	اؤورم (قويولأا فينثالا) نمريألا فدرلا لفسأ رسيألا فتكلاب (قوورثالا) قوورثالا ةمرطع لفسأ إلى الأوصو يرسيلأ	1: لوطالا ةصوب 32.5 إلى 29.5 نم (مرس 83 إلى 75 نم)	2: لوطالا ةصوب 34.5 إلى 31.5 نم (مرس 88 إلى 80 نم)	3: لوطالا ةصوب 36.5 إلى 33.5 نم (مرس 93 إلى 85 نم)	4: لوطالا ةصوب 38.5 إلى 35.5 نم (مرس 98 إلى 90 نم)	5: لوطالا ةصوب 40.5 إلى 37.5 نم (مرس 103 إلى 95 نم)	6: لوطالا ةصوب 42.5 إلى 39.5 نم (مرس 108 إلى 100 نم)
(قويوق تاباصع) S1500	اؤورم (قويولأا فينثالا) نمريألا فدرلا لفسأ رسيألا فتكلاب (قوورثالا) قوورثالا ةمرطع لفسأ إلى الأوصو يرسيلأ	دجوي ال ةصوب 34.5 إلى 31.5 نم (مرس 88 إلى 80 نم)	2: لوطالا ةصوب 36.5 إلى 33.5 نم (مرس 93 إلى 85 نم)	3: لوطالا ةصوب 38.5 إلى 35.5 نم (مرس 98 إلى 90 نم)	4: لوطالا ةصوب 40.5 إلى 37.5 نم (مرس 103 إلى 95 نم)	5: لوطالا ةصوب 42.5 إلى 39.5 نم (مرس 108 إلى 100 نم)	6: لوطالا ةصوب 44.5 إلى 41.5 نم (مرس 113 إلى 105 نم)

