

Matériel recommandé

- Mètre ruban souple (type couture) : précis et facile à utiliser.
- Alternative : une ficelle ou une bande de papier, à reporter ensuite sur une règle ou un mètre rigide.

1

Tour de poitrine : mesurez votre tour de poitrine en plaçant le mètre ruban au niveau le plus large de votre torse, en le faisant passer sous les aisselles.



TAILLE Segura	S	M	L	XL	XXL	XXXL	4XL
TAILLE FR	44 CM	46/48 CM	50/52 CM	54/56 CM	58/60 CM	62 CM	64 CM
TAILLE GB/ALL	XS	S	M	L	XL	XXL	XXXL
TAILLE ITA	48	50	52	54	56	58	60
TOUR DE POITRINE	85-88 CM	89-96 CM	97-104 CM	105-112 CM	113-120 CM	121-124 CM	125-128 CM