

# Guia de tamanhos Nike Criança

## Criança CALÇADO



### Guia de medição de sapatilhas para criança

1.



Coloca a régua numa superfície plana e dura

2.



Faz com que coloquem o calcanhar na margem da **linha da régua** (assinalada abaixo). Em seguida, mede o pé com as meias certas calçadas, caso as sapatilhas se destinem à utilização com meias (por exemplo, chuteiras de futebol)

3.



Efetua uma marcação com a caneta no local onde o dedo mais longo termina (este poderá ser o segundo dedo)

4.



Repete o processo com o outro pé

5.



O respetivo tamanho de calçado fica uma linha acima da linha marcada. Se um pé for maior do que o outro, utiliza o tamanho maior para ambos os pés

**LINHA DA RÉGUA**

|           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|
| 5         | 7Y        | 40        |
| 5         | 6.5Y      | 39        |
| 5.5       | 6Y        | 38.5      |
| 5         | 5.5Y      | 38        |
| 4.5       | 5Y        | 37.5      |
| 4         | 4.5Y      | 36.5      |
| 3.5       | 4Y        | 36        |
| 3         | 3.5Y      | 35.5      |
| 2.5       | 3Y        | 35        |
| 2         | 2.5Y      | 34        |
| 1.5       | 2Y        | 33.5      |
| 1         | 1.5Y      | 33        |
| 13.5      | 1Y        | 32        |
| 13        | 13.5C     | 31.5      |
| 12.5      | 13C       | 31        |
| 12        | 12.5C     | 30        |
| 11.5      | 12C       | 29.5      |
| 11        | 11.5C     | 28.5      |
| 10.5      | 11C       | 28        |
| 10        | 10.5C     | 27.5      |
| 9.5       | 10C       | 27        |
| 9         | 9.5C      | 26.5      |
| 8.5       | 9C        | 26        |
| 8         | 8.5C      | 25.5      |
| 7.5       | 8C        | 25        |
| 7         | 7.5C      | 24        |
| 6.5       | 7C        | 23.5      |
| 6         | 6.5C      | 22.5      |
| 5.5       | 6C        | 22        |
| 5         | 5.5C      | 21.5      |
| 4.5       | 5C        | 21        |
| 4         | 4.5C      | 20        |
| 3.5       | 4C        | 19.5      |
| 3         | 3.5C      | 19        |
| 2.5       | 3C        | 18.5      |
| 2         | 2.5C      | 18        |
| 1.5       | 2C        | 17        |
| 1         | 1.5C      | 16.5      |
| 0.5       | 1C        | 16        |
| <b>UK</b> | <b>US</b> | <b>EU</b> |

**Pé esquerdo**

Para uma medição precisa, coloca a extremidade de uma régua nesta linha e alinha a parte posterior do calcanhar com a mesma.



|      |       |      |
|------|-------|------|
| 5    | 7Y    | 40   |
| 5.5  | 7.5Y  | 39   |
| 6    | 8Y    | 38.5 |
| 6.5  | 8.5Y  | 38   |
| 7    | 9Y    | 37.5 |
| 7.5  | 9.5Y  | 37   |
| 8    | 10Y   | 36.5 |
| 8.5  | 10.5Y | 36   |
| 9    | 11Y   | 35.5 |
| 9.5  | 11.5Y | 35   |
| 10   | 12Y   | 34   |
| 10.5 | 12.5Y | 33.5 |
| 11   | 13Y   | 33   |
| 11.5 | 13.5Y | 32   |
| 12   | 14Y   | 31.5 |
| 12.5 | 14.5Y | 31   |
| 13   | 15Y   | 30   |
| 13.5 | 15.5Y | 29.5 |
| 14   | 16Y   | 28.5 |
| 14.5 | 16.5Y | 28   |
| 15   | 17Y   | 27.5 |
| 15.5 | 17.5Y | 27   |
| 16   | 18Y   | 26.5 |
| 16.5 | 18.5Y | 26   |
| 17   | 19Y   | 25.5 |
| 17.5 | 19.5Y | 25   |
| 18   | 20Y   | 24   |
| 18.5 | 20.5Y | 23.5 |
| 19   | 21Y   | 23   |
| 19.5 | 21.5Y | 22.5 |
| 20   | 22Y   | 22   |
| 20.5 | 22.5Y | 21.5 |
| 21   | 23Y   | 21   |
| 21.5 | 23.5Y | 20   |
| 22   | 24Y   | 19.5 |
| 22.5 | 24.5Y | 19   |
| 23   | 25Y   | 18.5 |
| 23.5 | 25.5Y | 18   |
| 24   | 26Y   | 17   |
| 24.5 | 26.5Y | 16.5 |
| 25   | 27Y   | 16   |

UK

US

EU

## Pé esquerdo:



Tamanho

## Pé direito:



Tamanho

Pé direito

Imprime com a escala a 100%

Para garantir que a impressão foi feita na escala correta, coloca um cartão de crédito nesta área.

Para uma medição precisa, coloca a extremidade de uma régua nesta linha e alinha a parte posterior do calcanhar com a mesma.

LINHA DA  
RÉGUA

VESTUÁRIO

Rapaz

Tabela de tamanhos

pol. cm

| Tamanho          | XS          | S         | S+          | M           | M+           | L           | L+           |
|------------------|-------------|-----------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|
| Tamanho numérico | 6 - 7       | 8 - 9     | 8 - 9 Plus  | 10 - 12     | 10 - 12 Plus | 14 - 16     | 14 - 16 Plus |
| Idade            | 7 - 8       | 8 -10     | 8 -10       | 10 - 12     | 10 - 12      | 12 - 13     | 12 - 13      |
| Altura (cm)      | 122 - 128   | 128 - 137 | 128 - 137   | 137 - 147   | 137 - 147    | 147 - 158   | 147 - 158    |
| Peito (cm)       | 64.5 - 66   | 66 - 69   | 70.5 - 76.5 | 69 - 75     | 76.5 - 83.5  | 75 - 81.5   | 83.5 - 91    |
| Cintura (cm)     | 59.5 - 61.5 | 61.5 - 65 | 65.5 - 70.5 | 65 - 69     | 70.5 - 76    | 69 - 72.5   | 76 - 82      |
| Anca (cm)        | 68.5 - 71   | 71 - 74.5 | 75.5 - 81   | 74.5 - 79.5 | 81 - 87      | 79.5 - 84.5 | 87 - 93.5    |

| Tamanho          | S+          | M           | M+           | L           | L+           | XL          | XL+          |
|------------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|
| Tamanho numérico | 8 - 9 Plus  | 10 - 12     | 10 - 12 Plus | 14 - 16     | 14 - 16 Plus | 18 - 20     | 18 - 20 Plus |
| Idade            | 8 -10       | 10 - 12     | 10 - 12      | 12 - 13     | 12 - 13      | 13 - 15     | 13 - 15      |
| Altura (cm)      | 128 - 137   | 137 - 147   | 137 - 147    | 147 - 158   | 147 - 158    | 158 - 170   | 158 - 170    |
| Peito (cm)       | 70.5 - 76.5 | 69 - 75     | 76.5 - 83.5  | 75 - 81.5   | 83.5 - 91    | 81.5 - 88.5 | 91 - 98      |
| Cintura (cm)     | 65.5 - 70.5 | 65 - 69     | 70.5 - 76    | 69 - 72.5   | 76 - 82      | 72.5 - 75.5 | 82 - 88      |
| Anca (cm)        | 75.5 - 81   | 74.5 - 79.5 | 81 - 87      | 79.5 - 84.5 | 87 - 93.5    | 84.5 - 89.5 | 93.5 - 100   |

Rapariga

Tabela de tamanhos

pol. **cm**

| Tamanho          | XS        | S         | S+          | M           | M+           | L           | L+           |
|------------------|-----------|-----------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|
| Tamanho numérico | 6 - 7     | 8 - 9     | 8 - 9 Plus  | 10 - 12     | 10 - 12 Plus | 14 - 16     | 14 - 16 Plus |
| Idade            | 7 - 8     | 8 - 10    | 8 - 10      | 10 - 12     | 10 - 12      | 12 - 13     | 12 - 13      |
| Altura (cm)      | 122 - 128 | 128 - 137 | 128 - 137   | 137 - 146   | 137 - 146    | 146 - 156   | 146 - 156    |
| Peito (cm)       | 64.5 - 68 | 68 - 73   | 73.5 - 80.5 | 73 - 79     | 80.5 - 87.5  | 79 - 85.5   | 87.5 - 96    |
| Cintura (cm)     | 59.5 - 61 | 61 - 64   | 67.5 - 74.5 | 64 - 68     | 74.5 - 82    | 68 - 71.5   | 82 - 90      |
| Anca (cm)        | 68.5 - 73 | 73 - 78.5 | 79.5 - 85.5 | 78.5 - 83.5 | 85.5 - 92    | 83.5 - 88.5 | 92 - 99      |

Tabela de tamanhos

pol. **cm**

| Tamanho          | S+          | M           | M+           | L           | L+           | XL          | XL+          |
|------------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|
| Tamanho numérico | 8 - 9 Plus  | 10 - 12     | 10 - 12 Plus | 14 - 16     | 14 - 16 Plus | 18 - 20     | 18 - 20 Plus |
| Idade            | 8 - 10      | 10 - 12     | 10 - 12      | 12 - 13     | 12 - 13      | 13 - 15     | 13 - 15      |
| Altura (cm)      | 128 - 137   | 137 - 146   | 137 - 146    | 146 - 156   | 146 - 156    | 156 - 166   | 156 - 166    |
| Peito (cm)       | 73.5 - 80.5 | 73 - 79     | 80.5 - 87.5  | 79 - 85.5   | 87.5 - 96    | 85.5 - 92.5 | 96 - 105     |
| Cintura (cm)     | 67.5 - 74.5 | 64 - 68     | 74.5 - 82    | 68 - 71.5   | 82 - 90      | 71.5 - 74.5 | 90 - 99      |
| Anca (cm)        | 79.5 - 85.5 | 78.5 - 83.5 | 85.5 - 92    | 83.5 - 88.5 | 92 - 99      | 88.5 - 93.5 | 99 - 107     |

Criança

Tabela de tamanhos

pol. cm

|                       |           |           |           |           |
|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Tamanho               | 4         | 5         | 6         | 6X / 7    |
| Tamanho internacional | XS        | S         | M         | L         |
| Idade                 | 3 - 4     | 4 - 5     | 5 - 6     | 6 - 7     |
| Altura (cm)           | 98 - 104  | 104 -110  | 110 - 116 | 116 - 122 |
| Peito (cm)            | 56 - 58   | 58.5 - 61 | 61 - 63   | 63 - 66   |
| Cintura (cm)          | 54.5 - 56 | 56 - 57   | 57 - 58.5 | 58.5 - 61 |
| Anca (cm)             | 57 - 60   | 60 - 62   | 62 - 65   | 65 - 67   |

Sugestões de ajuste

Se uma das medidas estiver entre dois tamanhos, encomenda o tamanho menor para um ajuste mais apertado ou o tamanho maior para um ajuste mais folgado.

Se as medidas das ancas e da cintura corresponderem a duas sugestões de tamanhos diferentes, encomenda o tamanho indicado pela medida das ancas.

Como medir

- PEITO: mede em torno da parte mais larga do peito, mantendo a fita na horizontal.
- CINTURA: mede em torno da parte mais estreita (normalmente, a zona em que o corpo se inclina lateralmente), mantendo a fita na horizontal.
- ANCAS: mede em torno da parte mais preenchida das ancas, mantendo a fita na horizontal.

Bebé

Tabela de tamanhos

Sistema imperial

Sistema métrico

| Tamanho       | Preemie     | 0M / NB   | 3M        | 6M        | 9M       | 12M         | 18M         |
|---------------|-------------|-----------|-----------|-----------|----------|-------------|-------------|
| Idade (meses) | 0           | 0 - 3     | 3 - 6     | 6 - 9     | 9 - 12   | 12 - 18     | 18 - 24     |
| Altura (cm)   | < 44.5 - 50 | 50 - 56   | 56 - 62   | 62 - 68   | 68 - 74  | 74 - 80     | 80 - 86     |
| Peso (kg)     | < 2.5       | 2.7 - 4.3 | 4.5 - 6.6 | 6.8 - 8.1 | 8.3 - 10 | 10.2 - 11.3 | 11.6 - 12.7 |
| Peito (cm)    | 32          | 37 - 42   | 42 - 44   | 44 - 46   | 46 - 47  | 47 - 50     | 50 - 52     |
| Cintura (cm)  | 33          | 39 - 43   | 43 - 46   | 46 - 47   | 47 - 48  | 48 - 50     | 50 - 52     |
| Anca (cm)     | 33          | 39 - 43   | 43 - 46   | 46 - 47   | 47 - 48  | 48 - 51     | 51 - 53     |

| Tamanho       | 6M        | 9M       | 12M         | 18M         | 2T / 24M    | 3T        | 4T        |
|---------------|-----------|----------|-------------|-------------|-------------|-----------|-----------|
| Idade (meses) | 6 - 9     | 9 - 12   | 12 - 18     | 18 - 24     | 24 - 36     | 36 - 48   | 48 - 60   |
| Altura (cm)   | 62 - 68   | 68 - 74  | 74 - 80     | 80 - 86     | 86 - 92     | 92 - 98   | 98 - 104  |
| Peso (kg)     | 6.8 - 8.1 | 8.3 - 10 | 10.2 - 11.3 | 11.6 - 12.7 | 12.9 - 13.6 |           |           |
| Peito (cm)    | 44 - 46   | 46 - 47  | 47 - 50     | 50 - 52     | 52 - 53     | 53 - 56   | 56 - 58   |
| Cintura (cm)  | 46 - 47   | 47 - 48  | 48 - 50     | 50 - 52     | 52 - 53     | 53 - 54.5 | 54.5 - 56 |
| Anca (cm)     | 46 - 47   | 47 - 48  | 48 - 51     | 51 - 53     | 53 - 54.5   | 54.5 - 57 | 57 - 60   |

Vestuário Jordan Júnior

Vestuário Jordan para rapaz

pol.

cm

|                  |       |           |           |           |           |
|------------------|-------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Tamanho          | XS    | S         | M         | L         | XL        |
| Tamanho numérico |       | 8 - 9     | 10 - 12   | 14 - 16   | 18 - 20   |
| Idade            | 7 - 8 | 8 - 10    | 10 - 12   | 12 - 13   | 13 - 15   |
| Altura (cm)      |       | 128 - 132 | 132 - 147 | 147 - 163 | 163 - 175 |
| Peito (cm)       |       | 66 - 68.5 | 68.5 - 75 | 75 - 81   | 81 - 89   |
| Cintura (cm)     |       | 61 - 64   | 64 - 70   | 70 - 76   | 76 - 81   |
| Anca (cm)        |       | 67.5 - 70 | 70 - 77.5 | 77.5 - 85 | 85 - 91   |

ROUPA DE BANHO

Rapaz

Roupa de banho desportiva/de desempenho Júnior (Rapaz) pol. cm

|                           |           |           |           |             |           |
|---------------------------|-----------|-----------|-----------|-------------|-----------|
| Tamanho                   | XS        | S         | M         | L           | XL        |
| Tamanho numérico          | 6-7       | 8-9       | 10-12     | 14-16       | 18-20     |
| Idade                     | 6-7       | 8-9       | 10-11     | 12-13       | 14+       |
| Equivalente de desempenho | 22        | 22-24     | 24-26     | 26-28       | 28        |
| Altura (cm)               | 120 - 130 | 130 - 140 | 140 - 150 | 150 - 160   | 160 - 170 |
| Peito (cm)                | 64.5 - 66 | 66 - 68.5 | 68.5 - 75 | 75 - 81.5   | 81.5 - 89 |
| Cintura (cm)              | 59.5 - 61 | 61 - 65   | 65 - 68.5 | 68.5 - 72.5 | 72.5 - 75 |
| Anca (cm)                 | 68.5 - 71 | 71 - 75   | 75 - 80   | 80 - 85     | 85 - 89   |

Roupa de banho para rapaz pol. cm

|                  |          |           |           |           |
|------------------|----------|-----------|-----------|-----------|
| Tamanho          | XS       | S         | M         | L         |
| Tamanho numérico | 4        | 5         | 6         | 7         |
| Idade            | 3-4      | 4-5       | 5-6       | 6-7       |
| Altura (cm)      | 96 - 104 | 104 - 110 | 110 - 116 | 116 - 122 |
| Peito (cm)       | 53 - 56  | 56 - 59   | 59 - 61   | 61 - 63   |
| Cintura (cm)     | 54 - 56  | 56 - 58   | 58 - 59   | 59 - 60   |
| Anca (cm)        | 56 - 59  | 59 - 61   | 61 - 63   | 63 - 66   |



Sugestões de ajuste

Se uma das medidas estiver entre dois tamanhos, encomenda o tamanho menor para um ajuste mais apertado ou o tamanho maior para um ajuste mais folgado.

Se as medidas das ancas e da cintura corresponderem a duas sugestões de tamanhos diferentes, encomenda o tamanho indicado pela medida das ancas.

Como medir

- PEITO: mede em torno da parte mais larga do peito, mantendo a fita na horizontal.
- CINTURA: mede em torno da parte mais estreita (normalmente, a zona em que o corpo se inclina lateralmente), mantendo a fita na horizontal.
- ANCAS: mede em torno da parte mais preenchida das ancas, mantendo a fita na horizontal.

Rapariga

Roupa de banho desportiva/de desempenho Júnior (Rapariga)

pol.

cm

| Tamanho          | XS          | S           | M           | L         | XL        |
|------------------|-------------|-------------|-------------|-----------|-----------|
| Tamanho numérico | 6 - 7       | 8 - 9       | 10 - 12     | 14 - 16   | 18 - 20   |
| Idade            | 6 - 7       | 8 - 9       | 10 - 11     | 12 - 13   | 14+       |
| performance_size | 22-24       | 24          | 24-26       | 26        | 28        |
| Altura (cm)      | 120 - 130   | 130 - 140   | 140 - 150   | 150 - 160 | 160 - 170 |
| Busto (cm)       | 65 - 68.5   | 68.5 - 73.5 | 73.5 - 78.5 | 78.5 - 85 | 85 - 92.5 |
| Cintura (cm)     | 59.5 - 61   | 61 - 63.5   | 63.5 - 68.5 | 68.5 - 71 | 71 - 75   |
| Anca (cm)        | 68.5 - 73.5 | 73.5 - 78.5 | 78.5 - 84   | 84 - 89   | 89 - 94   |
| Tronco (cm)      | 110 - 117.5 | 117.5 - 125 | 125 - 134   | 134 - 144 | 144 - 154 |

# Roupa de banho para rapariga

pol.

cm

|                  |          |           |           |           |
|------------------|----------|-----------|-----------|-----------|
| Tamanho          | XS       | S         | M         | L         |
| Tamanho numérico | 4        | 5         | 6         | 6X        |
| Idade            | 3 - 4    | 4 - 5     | 5 - 6     | 6 - 7     |
| Altura (cm)      | 96 - 104 | 104 - 110 | 110 - 116 | 116 - 122 |
| Busto (cm)       | 53 - 56  | 56 - 59   | 59 - 61   | 61 - 63   |
| Cintura (cm)     | 54 - 56  | 56 - 58   | 58 - 59   | 59 - 60   |
| Anca (cm)        | 56 - 59  | 59 - 61   | 61 - 63   | 63 - 66   |
| Tronco (cm)      | 95 - 100 | 100 - 105 | 105 - 108 | 108 - 111 |

## Sugestões de ajuste

Se uma das medidas estiver entre dois tamanhos, encomenda o tamanho menor para um ajuste mais apertado ou o tamanho maior para um ajuste mais folgado.

Se as medidas das ancas e da cintura corresponderem a duas sugestões de tamanhos diferentes, encomenda o tamanho indicado pela medida das ancas.

## Como medir

- BUSTO: mede em torno da parte mais larga do busto, mantendo a fita na horizontal.
- CINTURA: mede em torno da parte mais estreita (normalmente, a zona em que o corpo se inclina lateralmente), mantendo a fita na horizontal.
- ANCAS: mede em torno da parte mais preenchida das ancas, mantendo a fita na horizontal.
- TRONCO: mede a partir do ponto elevado do ombro (entre a base do pescoço e a articulação do ombro), sobre a parte mais larga do busto, pelo meio das pernas e pelas costas acima até ao ponto de partida.

ROUPA INTERIOR

Rapariga

Sutiãs para rapariga

Consulta as medidas da caixa torácica (sob o peito) na tabela abaixo para encontrares o tamanho certo e o sutiã perfeito. Navega horizontalmente para veres mais tamanhos.

Procuras sutiãs para adolescentes? Usa o [Guia de sutiãs para adolescentes](#).

Tabela de tamanhos (XS–XL)

pol. cm

| Tamanho          | XS        | S         | M         | L       | XL        |
|------------------|-----------|-----------|-----------|---------|-----------|
| Tamanho numérico | 6 - 7     | 8 - 9     | 10 - 12   | 14 - 16 | 18 - 20   |
| Sob o peito (cm) | 63 - 65.5 | 66 - 68.5 | 69 - 72.5 | 73 - 77 | 77.5 - 82 |

Tabela de tamanhos (tamanhos grandes)

pol. cm

| Tamanho          | S+         | M+           | L+           | XL+          |
|------------------|------------|--------------|--------------|--------------|
| Tamanho numérico | 8 - 9 Plus | 10 - 12 Plus | 14 - 16 Plus | 18 - 20 Plus |
| Sob o peito (cm) | 68 - 72.5  | 73 - 78      | 78.5 - 84    | 84.5 - 90.5  |