

# Guia de tamanhos

Sexo:

Homem

Categorias de produtos:

**Calçado** [Camisolas e partes de cima](#) [Calças e calções](#)

## GUIA DE TAMANHOS DE CALÇADO ADIDAS PARA HOMEM E MULHER

### TAMANHO DO CALÇADO

	Polegadas	cm							
Calcanhar à biqueira		22,1 cm)	22,5 cm)	22,9 cm)	23,3 cm)	23,8 cm)	24,2 cm)	24,6 cm)	25 cm)
UE		36	36 2/3	37 1/3	38	38 2/3	39 1/3	40	40 2/3
UK		3,5	4	4,5	5	5,5	6	6,5	7
US - Homem		4	4,5	5	5,5	6	6,5	7	7,5
US - Mulher		5	5,5	6	6,5	7	7,5	8	8,5

Calcanhar à biqueira		25,5 cm)	25,9 cm)	26,3 cm)	26,7 cm)	27,1 cm)	27,6 cm)	28 cm)	28,4 cm)
UE		41 1/3	42	42 2/3	43 1/3	44	44 2/3	45 1/3	46
UK		7,5	8	8,5	9	9,5	10	10,5	11
US - Homem		8	8,5	9	9,5	10	10,5	11	11,5
US - Mulher		9	9,5	10	10,5	11	11,5	12	12,5

Calcanhar à biqueira		28,8 cm)	29,3 cm)	29,7 cm)	30,1 cm)	30,5 cm)	31 cm)	31,4 cm)	31,8 cm)
UE		46 2/3	47 1/3	48	48 2/3	49 1/3	50	50 2/3	51 1/3
UK		11,5	12	12,5	13	13,5	14	14,5	15
US - Homem		12	12,5	13	13,5	14	14,5	15	16
US - Mulher		13	13,5	14	14,5	15	15,5	--	--

Calcanhar à biqueira		32,6 cm)	33,5 cm)	34,3 cm)	35,2 cm)
UE		52 2/3	53 1/3	54 2/3	55 2/3
UK		16	17	18	19
US - Homem		17	18	19	20
US - Mulher		--	--	--	--

## ESTÁ ENTRE TAMANHOS?

Se preferes um corte mais ajustado, opta por um tamanho abaixo.  
Se preferes um corte largo, opta por um tamanho acima.

## COMO SABERES O TEU TAMANHO

Segue estes passos para encontrares o tamanho certo. Para melhor ajuste, mede os teus pés ao final do dia.



**1. Length:** Mede a distância da ponta da biqueira grande à parte mais exterior do calcanhar.

## GUIA DE TAMANHOS PARA CAMISOLAS E CASACOS DE HOMEM

Polegadas	cm
-----------	----

Etiqueta do produto	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL
Peito	83 - 86 cm	87 - 92 cm	93 - 100 cm	101 - 108 cm	109 - 118 cm	119 - 130 cm	131 - 142 cm
Cintura	71 - 74 cm	75 - 80 cm	81 - 88 cm	89 - 96 cm	97 - 106 cm	107 - 119 cm	120 - 132 cm
Anca	82 - 85 cm	86 - 91 cm	92 - 99 cm	100 - 107 cm	108 - 116 cm	117 - 125 cm	126 - 135 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

## ALTA

Os tamanhos Alto pensados para homens que meçam mais de 189 cm.

Polegadas	cm
-----------	----

Etiqueta do produto	S (Alto)	M (Alto)	L (Alto)	XL (Alto)	2XL (Alto)	3XL (Alto)	4XL (Alto)
Peito	87 - 92 cm	93 - 100 cm	101 - 108 cm	109 - 118 cm	119 - 130 cm	131 - 142 cm	143 - 154 cm
Cintura	75 - 80 cm	81 - 88 cm	89 - 96 cm	97 - 106 cm	107 - 119 cm	120 - 132 cm	133 - 145 cm
Anca	86 - 91 cm	92 - 99 cm	100 - 107 cm	108 - 116 cm	117 - 125 cm	126 - 135 cm	136 - 145 cm

Desliza horizontalmente para veres mais.

## BAIXO

Os tamanhos Baixo são pensados para homens que meçam até 175 cm.

Polegadas	cm
-----------	----

Etiqueta do produto	XS (Baixo)	S (Baixo)	M (Baixo)	L (Baixo)	XL (Baixo)	2XL (Baixo)	3XL (Baixo)
Peito	83 - 86 cm	87 - 92 cm	93 - 100 cm	101 - 108 cm	109 - 118 cm	119 - 130 cm	131 - 142 cm
Cintura	71 - 74 cm	75 - 80 cm	81 - 88 cm	89 - 96 cm	97 - 106 cm	107 - 119 cm	120 - 132 cm
Anca	82 - 85 cm	86 - 91 cm	92 - 99 cm	100 - 107 cm	108 - 116 cm	117 - 125 cm	126 - 135 cm

Desliza horizontalmente para veres mais.

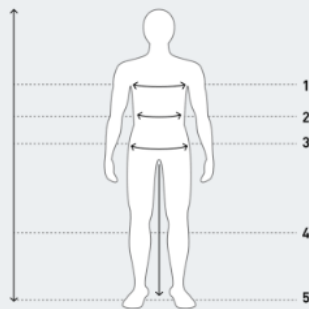
## CONVERTER O TAMANHO

UE	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL
EUA	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL
UK	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL
FR	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL
IT	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL

Desliza horizontalmente para ver mais.

## COMO SABERES O TEU TAMANHO

Mede-te com uma fita métrica, aponta as tuas medidas e compara-as com as que aparecem na tabela do nosso guia para obteres o tamanho certo.



Segura a fita na horizontal para medir:

1. **Peito**, em torno da parte mais larga
2. **Cintura**, em torno da parte mais estreita
3. **Anca**, em torno da parte mais larga, mantendo os pés juntos.

Segura a fita na vertical para medir:

4. **Costura interna**, desde o entrepernas até ao chão
5. **Altura**, do topo da cabeça até ao chão, mantendo uma postura direita

## GUIA DE TAMANHOS PARA PARTES DE BAIXO PARA HOMEM

Polegadas	cm
-----------	----

Etiqueta do produto	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL
<b>Cintura</b>	71 - 74 cm	75 - 80 cm	81 - 88 cm	89 - 96 cm	97 - 106 cm	107 - 119 cm	120 - 132 cm
<b>Anca</b>	82 - 85 cm	86 - 91 cm	92 - 99 cm	100 - 107 cm	108 - 116 cm	117 - 125 cm	126 - 135 cm
<b>Costura interior</b>	81 cm	81,5 cm	82 cm	82,5 cm	83 cm	82,5 cm	82 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

Polegadas	cm
-----------	----

Etiqueta do produto	42	44	46	48	50	52	54	56	58
<b>Cintura</b>	71,5 - 74	74,5 - 77	77,5 - 80	80,5 - 84	84,5 - 88	88,5 - 92	92,5 - 96	96,5 - 101	100,5 - 104
<b>Anca</b>	82,5 - 85	85,5 - 88	88,5 - 91	91,5 - 95	95,5 - 99	99,5 - 103	103,5 - 107	107,5 - 111,5	111,5 - 115,5
<b>Costura interior</b>	81	81,5	81,5	82	82	82,5	82,5	83	83

Desliza horizontalmente para ver mais.

Etiqueta do produto	52	54	56	58	60	62	64	66
<b>Cintura</b>	88,5 - 92	92,5 - 96	96,5 - 101	101,5 - 106	106,5 - 112,5	113 - 119	119,5 - 125,5	126 - 132
<b>Anca</b>	99,5 - 103	103,5 - 107	107,5 - 111,5	112 - 116	116,5 - 120,5	121 - 125	125,5 - 130	130,5 - 135
<b>Costura interior</b>	82,5	82,5	83	83	83	82,5	82,5	82

Desliza horizontalmente para ver mais.

## TALL

Os tamanhos Tall são pensados para homens que meçam mais de 189 cm.

Polegadas	cm
-----------	----

Etiqueta do produto	S (Tall)	M (Tall)	L (Tall)	XL (Tall)	2XL (Tall)	3XL (Tall)	4XL (Tall)
Cintura	75 - 80 cm	81 - 88 cm	89 - 96 cm	97 - 106 cm	107 - 119 cm	120 - 132 cm	133 - 145 cm
Anca	86 - 91 cm	92 - 99 cm	100 - 107 cm	108 - 116 cm	117 - 125 cm	126 - 135 cm	136 - 145 cm
Costura interior	86,5 cm	87 cm	87,5 cm	88 cm	87,5 cm	87 cm	86,5 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

## SHORT

Os tamanhos Short são pensados para homens que meçam até 175 cm.

Polegadas	cm
-----------	----

ETIQUETA DE PRODUTO	XS (Baixo)	S (Baixo)	M (Baixo)	L (Baixo)	XL (Baixo)	2XL (Baixo)	3XL (Baixo)
CINTURA	71 - 74 cm	75 - 80 cm	81 - 88 cm	89 - 96 cm	97 - 106 cm	107 - 119 cm	120 - 132 cm
ANCA	82 - 85 cm	86 - 91 cm	92 - 99 cm	100 - 107 cm	108 - 116 cm	117 - 125 cm	126 - 135 cm
COSTURA INTERIOR	76 cm	76,5 cm	77 cm	77,5 cm	78 cm	77,5 cm	77 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

## CONVERTER O TAMANHO

UE	42	44	46	48	50	52	54	56
UK	26"	28"	30"	32"	34"	36"	38"	40"
Estados Unidos da América	26"	28"	30"	32"	34"	36"	38"	40"
FR	36	38	40	42	44	46	48	50
IT	42	44	46	48	50	52	54	56

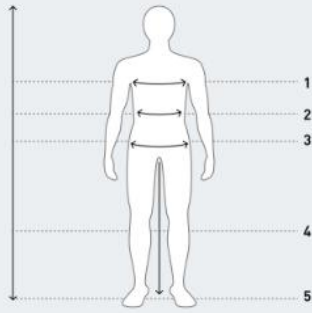
Desliza horizontalmente para ver mais.

UE	52	54	56	58	60	62	64	66
UK	36"	38"	40"	42"	44"	46"	48"	50"
Estados Unidos da América	36"	38"	40"	42"	44"	46"	48"	50"
FR	46	48	50	52	54	56	58	60
IT	52	54	56	58	60	62	64	66

Desliza horizontalmente para ver mais.

## COMO SABERES O TEU TAMANHO

Mede-te com uma fita métrica, aponta as tuas medidas e compara-as com as que aparecem na tabela do nosso guia para obteres o tamanho certo.

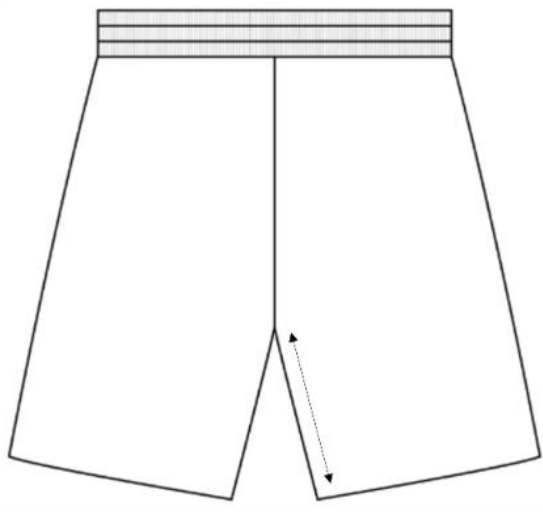


Segura a fita na horizontal para medir:

1. **Peito**, em torno da parte mais larga
2. **Cintura**, em torno da parte mais estreita
3. **Anca**, em torno da parte mais larga, mantendo os pés juntos.

Segura a fita na vertical para medir:

4. **Costura interna**, desde o entrepernas até ao chão
5. **Altura**, do topo da cabeça até ao chão, mantendo uma postura direita




### Comprimento de costura interna - calções

- 2 polegadas/ 5 cm
- 15 polegadas/ 8 cm
- 4 polegadas/ 10 cm
- 5 polegadas/ 13 cm
- 6 polegadas/ 15 cm
- 7 polegadas/ 18 cm
- 9 polegadas/ 23 cm
- 11 polegadas/ 28 cm

## Guia de tamanhos

Sexo:

Mulher 

Categorias de produtos:

[Calçado Sutiãs](#) [Camisolas e partes de cima](#) [Calças e calções](#)

## GUIA DE TAMANHOS DE SUTIÃS DE DESPORTO

### GUIA DE TAMANHOS ALFA + PARA COPAS DE SUTIÃS

O sistema Alfa + Copa amplia o intervalo de tamanhos tradicionais (S, M, etc.) e combina-os com os diferentes tamanhos de copa (A-C ou D-D) para otimizar ainda mais o ajuste.

Compara o teu tamanho de sutiã com a nossa tabela e descobre a melhor opção para ti.

TAMANHO DE SUTIÃ	A	B	C	D	DD	E	F	G
28	—	XXS (A-C)	XXS (A-C)	XXS (A-C)	XXS (D-DD)	XXS (D-DD)	XXS (D-DD)	XXS (D-DD)
30	XXS (A-C)	XXS (A-C)	XXS (A-C)/XS (A-C)	XXS (D-DD)/XS (A-C)	XXS (D-DD)/XS (D-DD)	XS (D-DD)	XS (D-DD)	XS (D-DD)
32	XS (A-C)	XS (A-C)	XS (A-C)	XS (D-DD)	XS (D-DD)	XS (D-DD)/S (D-DD)	S (D-DD)	S (D-DD)
34	S (A-C)	S (A-C)	S (A-C)	S (D-DD)	S (D-DD)	S (D-DD)	(D-DD)	(D-DD)
36	S (A-C)/M (A-C)	M (A-C)	M (A-C)	M (A-C)/M (D-DD)	(D-DD)	(D-DD)	(D-DD)	—
38	M (A-C)	L (A-C)	L (A-C)	L (A-C)/L (D-DD)	L (D-DD)	L (D-DD)	L (D-DD)	L (D-DD)
40	L (A-C)	L (A-C)	XL (A-C)	L (D-DD)	L (D-DD)/XL (D-DD)	XL (D-DD)	XL (D-DD)	—
42	XL (A-C)	XL (A-C)	XL (A-C)/XXL (A-C)	XL (D-DD)	XL (D-DD)	XL (D-DD)/XXL (D-DD)	XXL (D-DD)	XXL (D-DD)
44	XL (A-C)	XXL (A-C)	XXL (A-C)	XL (A-C)/XXL (D-DD)	XXL (D-DD)	XXL (D-DD)	—	—

## GUIA DE TAMANHOS ALFA

Compara o teu tamanho de sutiã com a nossa tabela e descobre a melhor opção para ti.

TAMANHO DE SUTIÃ	A	B	C	D	E	F	G	H
65	2XS	XS	XS	XS	XS	S	S	M
70	XS	XS	S	S	S	M	M	M
75	S	S	S	M	M	M	L	L
80	M	M	M	L	L	L	L	XL
85	L	L	L	XL	XL	XL	XL	XL
90	XL	XL	XL	XL	1X	1X	1X	1X
95	1X	1X	1X	1X	2X	2X	2X	2X
100	2X	2X	2X	2X	3X	3X	3X	3X
105	3X	3X	3X	3X	4X	4X	4X	4X
110	4X	4X	4X	4X	4X	4X	4X	4X

Desliza horizontalmente para veres mais.

## CONVERSÃO INTERNACIONAL

Não sabes qual é o teu tamanho internacional? Descobre na nossa tabela de tamanhos internacionais de sutiãs.

UE	UK	EUA	FR	IT	BR
65	30	30	80	0	65
70	32	32	85	1	70
75	34	34	90	2	75
80	36	36	95	3	80
85	38	38	100	4	85
90	40	40	105	5	90
95	42	42	110	6	95
100	44	44	115	7	100
105	46	46	120	8	105
110	48	48	125	9	110
115	50	50	130	10	115

Desliza horizontalmente para ver mais.



## GUIA DE TAMANHOS DE PARTES DE CIMA PARA MULHER

### TAMANHO PADRÃO

Polegadas	cm						
Etiqueta do produto	2XS (26-28)	XS (30-32)	S (34-36)	M (38-40)	L (42-44)	XL (46-48)	XXL (50-52)
Peito	73 – 76 cm	77 – 82 cm	83 – 88 cm	89 – 94 cm	95 – 101 cm	102 – 109 cm	110 – 118 cm
Cintura	57 – 60 cm	61 – 66 cm	67 – 72 cm	73 – 78 cm	79 – 85 cm	86 – 94 cm	95 – 104 cm
Anca	82 – 85 cm	86 – 91 cm	92 – 97 cm	98 – 103 cm	104 – 110 cm	111 – 117 cm	118 – 125 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

### CONVERSÃO INTERNACIONAL (TAMANHO PADRÃO)

EU	2XS (26-28)	XS (30-32)	S (34-36)	M (38-40)	L (42-44)	XL (46-48)	2XL (50-52)
US	2XS (00)	XS (0-2)	S (4-6)	M (8-10)	L (12-14)	XL (16-18)	2XL (20)
UK	2XS (0-2)	XS (4-6)	S (8-10)	M (12-14)	L (16-18)	XL (20-22)	2XL (24-26)
FR	2XS (28-30)	XS (32-34)	S (36-38)	M (40-42)	L (44-46)	XL (48-50)	2XL (52-54)
IT	2XS (32-34)	XS (36-38)	S (40-42)	M (44-46)	L (48-50)	XL (52-54)	2XL (56-58)

Desliza horizontalmente para ver mais.

### TALL

Os tamanhos Tall são pensados para mulheres que meçam mais de 179 cm. [ver todas as peças de vestuário para mulher alta](#)

Polegadas	cm				
Etiqueta do produto	S (Alta)	M (Alta)	L (Alta)	XL (Alta)	2XL (Alta)
Peito	83 – 88 cm	89 – 94 cm	95 – 101 cm	102 – 109 cm	110 – 118 cm
Cintura	67 – 72 cm	73 – 78 cm	79 – 85 cm	86 – 94 cm	95 – 104 cm
Anca	92 – 97 cm	98 – 103 cm	104 – 110 cm	111 – 117 cm	118 – 125 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

### PETITE

Os tamanhos Petite são pensados para mulheres que meçam até 165 cm. [ver todas as peças de vestuário para mulher baixa](#)

Polegadas	cm						
Etiqueta do produto	2XS (Baixa)	XS (Baixa)	S (Baixa)	M (Baixa)	L (Baixa)	XL (Baixa)	2XL (Baixa)
Peito	73 – 76 cm	77 – 82 cm	83 – 88 cm	89 – 94 cm	95 – 101 cm	102 – 109 cm	110 – 118 cm
Cintura	57 – 60 cm	61 – 66 cm	67 – 72 cm	73 – 78 cm	79 – 85 cm	86 – 94 cm	95 – 104 cm
Anca	82 – 85 cm	86 – 91 cm	92 – 97 cm	98 – 103 cm	104 – 110 cm	111 – 117 cm	118 – 125 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

## TAMANHOS GRANDES

Tamanho grande: leggings, camisolas e t-shirts até ao tamanho 4X. [ver todas as peças de vestuário de tamanhos grandes para mulher](#)

Polegadas	cm
-----------	----

Etiqueta do produto	1X (46-48)	2X (50-52)	3X (54-56)	4X (58-60)
Peito	104 – 113 cm	114 – 123 cm	124 – 133 cm	134 – 143 cm
Cintura	89 – 98 cm	99 – 108 cm	109 – 118 cm	119 – 128 cm
Anca	111 – 120 cm	121 – 130 cm	131 – 140 cm	141 – 150 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

## CONVERSÃO INTERNACIONAL (PLUS SIZE)

EU	1X (46-48)	2X (50-52)	3X (54-56)	4X (58-60)
US	1X (14W - 16W)	2X (18W - 20W)	3X (22W - 24W)	4X (26W - 28W)
UK	1X (20-22)	2X (24-26)	3X (28-30)	4X (32-34)
FR	1X (48-50)	2X (52-54)	3X (56-58)	4X (60-62)
IT	1X (52-54)	2X (56-58)	3X (60-62)	4X (64-66)

Desliza horizontalmente para ver mais.

## PRÉ-MAMÃ

Encomenda o teu tamanho habitual, a roupa pré-mamã foi desenhada para evoluir contigo. Poderá crescer um tamanho no terceiro trimestre, mas não se preocupe, estes produtos acompanham o crescimento nessa fase da gravidez. [ver todas as peças de vestuário para pré-mamã](#)

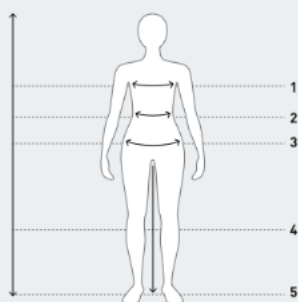
Polegadas	cm
-----------	----

Etiqueta do produto	2XS (26-28)	XS (30-32)	S (34-36)	M (38-40)	L (42-44)	XL (46-48)	XXL (50-52)
Peito	73 – 76 cm	77 – 82 cm	83 – 88 cm	89 – 94 cm	95 – 101 cm	102 – 109 cm	110 – 118 cm
Cintura (antes da gravidez)	57 – 60 cm	61 – 66 cm	67 – 72 cm	73 – 78 cm	79 – 85 cm	86 – 94 cm	95 – 104 cm
Anca	82 – 85 cm	86 – 91 cm	92 – 97 cm	98 – 103 cm	104 – 110 cm	111 – 117 cm	118 – 125 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

## COMO SABERES O TEU TAMANHO

Mede-te com uma fita métrica, aponta as tuas medidas e compara-as com as que aparecem na tabela do nosso guia para obteres o tamanho certo.



Segura a fita na horizontal para medir:

1. **Peito**, em torno da parte mais larga
2. **Cintura**, em torno da parte mais estreita
3. **Anca**, em torno da parte mais larga, mantendo os pés juntos.

Segura a fita na vertical para medir:

4. **Costura interna**, desde o entrepernas até ao chão
5. **Altura**, do topo da cabeça até ao chão, mantendo uma postura direita

## GUIA DE TAMANHOS DE PARTES DE BAIXO PARA MULHER

### TAMANHO PADRÃO

Polegadas	cm						
Etiqueta do produto	2XS (26-28)	XS (30-32)	S (34-36)	M (38-40)	L (42-44)	XL (46-48)	XXL (50-52)
Cintura	57 – 60 cm	61 – 66 cm	67 – 72 cm	73 – 78 cm	79 – 85 cm	86 – 94 cm	95 – 104 cm
Anca	82 – 85 cm	86 – 91 cm	92 – 97 cm	98 – 103 cm	104 – 110 cm	111 – 117 cm	118 – 125 cm
Costura interior	77,5 cm	78 cm	78,5 cm	79 cm	79,5 cm	80 cm	80,5 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

### CONVERSÃO INTERNACIONAL (TAMANHO PADRÃO)

EU	2XS (26-28)	XS (30-32)	S (34-36)	M (38-40)	L (42-44)	XL (46-48)	2XL (50-52)
US	2XS (00)	XS (0-2)	S (4-6)	M (8-10)	L (12-14)	XL (16-18)	2XL (20)
UK	2XS (0-2)	XS (4-6)	S (8-10)	M (12-14)	L (16-18)	XL (20-22)	2XL (24-26)
FR	2XS (28-30)	XS (32-34)	S (36-38)	M (40-42)	L (44-46)	XL (48-50)	2XL (52-54)
IT	2XS (32-34)	XS (36-38)	S (40-42)	M (44-46)	L (48-50)	XL (52-54)	2XL (56-58)

Desliza horizontalmente para ver mais.

### TALL

Os tamanhos Tall são pensados para mulheres que meçam mais de 179 cm. [ver todas as peças de vestuário para mulher alta](#)

Polegadas	cm				
Etiqueta do produto	S (Alta)	M (Alta)	L (Alta)	XL (Alta)	2XL (Alta)
Cintura	67 – 72 cm	73 – 78 cm	79 – 85 cm	86 – 94 cm	95 – 104 cm
Anca	92 – 97 cm	98 – 103 cm	104 – 110 cm	111 – 117 cm	118 – 125 cm
Costura interior	83,5 cm	84 cm	84,5 cm	85 cm	85,5 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

### PETITE

Os tamanhos Petite são pensados para mulheres que meçam até 165 cm. [ver todas as peças de vestuário para mulher baixa](#)

Polegadas	cm						
Etiqueta do produto	2XS (Baixa)	XS (Baixa)	S (Baixa)	M (Baixa)	L (Baixa)	XL (Baixa)	2XL (Baixa)
Cintura	57 – 60 cm	61 – 66 cm	67 – 72 cm	73 – 78 cm	79 – 85 cm	86 – 94 cm	95 – 104 cm
Anca	82 – 85 cm	86 – 91 cm	92 – 97 cm	98 – 103 cm	104 – 110 cm	111 – 117 cm	118 – 125 cm
Costura interior	72,5 cm	73 cm	73,5 cm	74 cm	74,5 cm	75 cm	75,5 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

## TAMANHOS GRANDES

Tamanho grande: leggings, camisolas e t-shirts até ao tamanho 4X. [ver todas as peças de vestuário de tamanhos grandes para mulher](#)

Polegadas	cm			
Etiqueta do produto	1X (46-48)	2X (50-52)	3X (54-56)	4X (58-60)
Cintura	89 - 98 cm	99 - 108 cm	109 - 118 cm	119 - 128 cm
Anca	111 - 120 cm	121 - 130 cm	131 - 140 cm	141 - 150 cm
Costura interior	78 cm)	78 cm)	77 cm)	76 cm)

Desliza horizontalmente para ver mais.

## CONVERSÃO INTERNACIONAL (PLUS SIZE)

EU	1X (46-48)	2X (50-52)	3X (54-56)	4X (58-60)
US	1X (14W - 16W)	2X (18W - 20W)	3X (22W - 24W)	4X (26W - 28W)
UK	1X (20-22)	2X (24-26)	3X (28-30)	4X (32-34)
FR	1X (48-50)	2X (52-54)	3X (56-58)	4X (60-62)
IT	1X (52-54)	2X (56-58)	3X (60-62)	4X (64-66)

Desliza horizontalmente para ver mais.

## PRÉ-MAMÃ

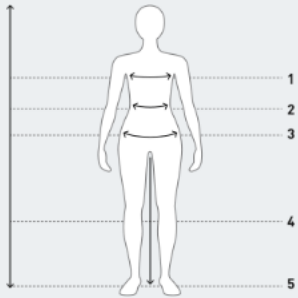
Encomenda o teu tamanho habitual, a roupa pré-mamã foi desenhada para evoluir contigo. Poderá crescer um tamanho no terceiro trimestre, mas não se preocupe, estes produtos acompanham o crescimento nessa fase da gravidez. [ver todas as peças de vestuário para pré-mamã](#)

Polegadas	cm						
Etiqueta do produto	2XS (26-28)	XS (30-32)	S (34-36)	M (38-40)	L (42-44)	XL (46-48)	XXL (50-52)
Cintura (antes da gravidez)	57 - 60 cm	61 - 66 cm	67 - 72 cm	73 - 78 cm	79 - 85 cm	86 - 94 cm	95 - 104 cm
Anca	82 - 85 cm	86 - 91 cm	92 - 97 cm	98 - 103 cm	104 - 110 cm	111 - 117 cm	118 - 125 cm
Costura interior	77,5 cm	78 cm	78,5 cm	79 cm	79,5 cm	80 cm	80,5 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

## COMO SABERES O TEU TAMANHO

Mede-te com uma fita métrica, aponta as tuas medidas e compara-as com as que aparecem na tabela do nosso guia para obteres o tamanho certo.



1. **Peito**, em torno da parte mais larga
2. **Cintura**, em torno da parte mais estreita
3. **Anca**, em torno da parte mais larga, mantendo os pés juntos.

Segura a fita na vertical para medir:

4. **Costura interna**, desde o entrepernas até ao chão
5. **Altura**, do topo da cabeça até ao chão, mantendo uma postura direita

## GUIA DE TAMANHOS: CALÇADO CRIANÇA

### RECÉM-NASCIDOS E BEBÊS

Meninos e meninas com idades entre 0-3 anos.

Polegadas	cm
-----------	----

Calcanhar à biqueira	8,1 cm	9 cm	9,8 cm	10,6 cm	11,5 cm	12,3 cm	12,8 cm	13,2 cm
UK	0k	1k	2k	3k	4k	5k	5.5k	6k
EUA	1k	2k	3k	4k	5k	5.5k	6k	6.5k
UE	16	17	18	19	20	21	22	23

Desliza horizontalmente para ver mais.

Calcanhar à biqueira	13,2 cm	13,6 cm	14 cm	14,5 cm	14,9 cm	15,3 cm	15,7 cm	16,1 cm
UK	6k	6.5k	7k	7.5k	8k	8.5k	9k	9.5k
EUA	6.5k	7k	7.5k	8k	8.5k	9k	9.5k	10k
UE	23	23,5	24	25	25,5	26	26,5	27

Desliza horizontalmente para ver mais.

### CRIANÇAS

Meninos e meninas com idades entre 4-7 anos.

Polegadas	cm
-----------	----

Calcanhar à biqueira	16,6 cm	17 cm	17,4 cm	17,8 cm	18,3 cm	18,7 cm	19,1 cm	19,5 cm
UK	10k	10.5k	11k	11.5k	12k	12.5k	13k	13.5k
EUA	10.5k	11k	11.5k	12k	12.5k	13k	13.5k	1
UE	28	28,5	29	30	30,5	31	31,5	32

Desliza horizontalmente para ver mais.

Calcanhar à biqueira	18,3 cm	18,7 cm	19,1 cm	19,5 cm	20 cm	20,4 cm	20,8 cm	21,2 cm
UK	12k	12.5k	13k	13.5k	1	1,5	2	2,5
EUA	12.5k	13k	13.5k	1	1,5	2	2,5	3
UE	30,5	31	31,5	32	33	33,5	34	35

Desliza horizontalmente para ver mais.

## JUNIORES E ADOLESCENTES

Rapazes e raparigas com idades entre 8-16 anos.

Polegadas	cm
-----------	----

Calcanhar à biqueira	21,6 cm	22,1 cm	22,5 cm	22,9 cm	23,3 cm	23,8 cm	24,2 cm	24,6 cm
UK	3	3,5	4	4,5	5	5,5	6	6,5
EUA	3,5	4	4,5	5	5,5	6	6,5	7
UE	35,5	36	36 2/3	37 1/3	38	38 2/3	39 1/3	40

Desliza horizontalmente para ver mais.

Calcanhar à biqueira	22,1 cm	22,5 cm	22,9 cm	23,3 cm	23,8 cm	24,2 cm	24,6 cm	25 cm
UK	3,5	4	4,5	5	5,5	6	6,5	7
EUA	4	4,5	5	5,5	6	6,5	7	7,5
UE	36	36 2/3	37 1/3	38	38 2/3	39 1/3	40	40 2/3

Desliza horizontalmente para ver mais.

## COMO SABERES O TEU TAMANHO

Segue estes passos para obteres o tamanho certo para criança:



- 1 Pede-lhe que coloque o pé numa folha de papel com o calcanhar encostado a uma parede.
- 2 Marca no papel até onde chega o dedo maior e mede a distância até à parede.
- 3 Faz o mesmo para o outro pé e compara as medidas na tabela do nosso guia para obteres o tamanho certo.

## GUIA DE TAMANHOS: VESTUÁRIO PARA CRIANÇA

### RECÉM-NASCIDOS E BEBÉS

Meninos e meninas com idades entre 0-3 anos.

Polegadas	cm
-----------	----

Etiqueta do produto	0 meses   56	0-3 meses   62	3-6 meses   68	6-9 meses   74	9-12 meses   80	12-18 meses   86	1-2 Anos   92	2-3 Anos   98
Altura	51 - 56 cm	57 - 62 cm	63 - 68 cm	69 - 74 cm	75 - 80 cm	81 - 86 cm	87 - 92 cm	93 - 98 cm
Peito	38,5 cm	43 cm	45,5 cm	47 cm	49,5 cm	51 cm	52,5 cm	54,5 cm
Cintura	38,5 cm	43 cm	45 cm	46,5 cm	49 cm	50 cm	50,5 cm	52,5 cm
Anca	37 cm	42 cm	45 cm	47,5 cm	50 cm	51,5 cm	53 cm	56 cm
Costura interior	19,1 cm	21,75 cm	24,25 cm	27 cm	31,12 cm	34,5 cm	38 cm	41 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

## CRIANÇAS

Meninos e meninas com idades entre 4-7 anos.

Polegadas	<b>cm</b>
-----------	-----------

Etiqueta do produto	3-4 Anos  104	4-5 Anos  110	5-6 Anos  116	6-7 Anos  122
<b>Altura</b>	99 – 104 cm	105 – 110 cm	111 – 116 cm	117 – 122 cm
<b>Peito</b>	56 cm	58 cm	60,5 cm	63 cm
<b>Cintura</b>	54,5 cm	55 cm	56 cm	57 cm
<b>Anca</b>	60 cm	62 cm	64 cm	66 cm
<b>Costura interior</b>	45,5 cm	49,5 cm	52 cm	56 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

## JUNIORES E ADOLESCENTES

Rapazes e raparigas com idades entre 8-16 anos.

Polegadas	<b>cm</b>
-----------	-----------

Etiqueta do produto	7-8 Anos  128	8-9 Anos  134	9-10 Anos  140	10-11 Anos  146	11-12 Anos  152	12-13 Anos  158	13-14 Anos  164	14-15 Anos  170	15-16 Anos  176
<b>Altura</b>	123 – 128 cm	129 – 134 cm	135 – 140 cm	141 – 146 cm	147 – 152 cm	153 – 158 cm	159 – 164 cm	165 – 170 cm	171 – 176 cm
<b>Peito</b>	64 cm	67,5 cm	71 cm	74,5 cm	78 cm	82 cm	86 cm	89 cm	93 cm
<b>Cintura</b>	59 cm	61,5 cm	63,5 cm	66 cm	68 cm	70,5 cm	73 cm	74,5 cm	77 cm
<b>Anca</b>	68 cm	71 cm	74,5 cm	77,5 cm	81 cm	85 cm	89 cm	91,5 cm	95 cm
<b>Costura interior</b>	59,5 cm	62 cm	65 cm	68 cm	70,5 cm	73,5 cm	76,5 cm	79 cm	82 cm

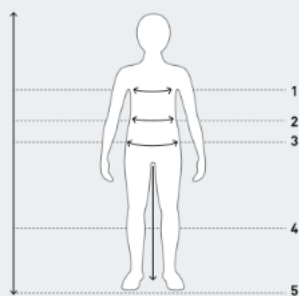
Desliza horizontalmente para ver mais.

Etiqueta do produto	i	8-9 Anos  134	9-10 Anos  140	10-11 Anos  146	11-12 Anos  152	12-13 Anos  158	13-14 Anos  164	14-15 Anos  170	15-16 Anos  176
Altura	8	129 – 134 cm	135 – 140 cm	141 – 146 cm	147 – 152 cm	153 – 158 cm	159 – 164 cm	165 – 170 cm	171 – 176 cm
Peito		67,5 cm	71 cm	74,5 cm	78 cm	82 cm	86 cm	89 cm	91,5 cm
Cintura		61,5 cm	63,5 cm	66 cm	68 cm	70,5 cm	73 cm	74,5 cm	76,5 cm
Anca		71 cm	74,5 cm	77,5 cm	81 cm	85 cm	89 cm	91,5 cm	94 cm
Costura interior		62 cm	65 cm	68 cm	70,5 cm	73,5 cm	76,5 cm	79 cm	82 cm

Desliza horizontalmente para ver mais.

## COMO SABERES O TEU TAMANHO

Mede-te com uma fita métrica, aponta as tuas medidas e compara-as com as que aparecem na tabela do nosso guia para obteres o tamanho certo.



Segura a fita na horizontal para medir:

- 1. Peito**, em torno da parte mais larga
- 2. Cintura**, em torno da parte mais estreita
- 3. Anca**, em torno da parte mais larga, mantendo os pés juntos.

Segura a fita na vertical para medir:

- 4. Costura interna**, desde o entrepernas até ao chão
- 5. Altura**, do topo da cabeça até ao chão, mantendo uma postura direita