

**PRIVÉ ET CONFIDENTIEL**  
**TABLEAU DE MESURE FB/100**

Client : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

**Important:** il est essentiel que les mesures que vous enregistrez soient aussi précises que possible. Cette tâche doit faire l'objet d'un soin et d'une attention particuliers. Prenez tout votre temps, répétez la procédure de mesure jusqu'à ce que vous soyez sûr d'enregistrer des valeurs cohérentes et précises.

**Ces ceintures sont rivetées et ne sont pas réglables.** Si les petites erreurs ne sont pas difficiles à corriger, les grandes entraînent invariablement des coûts plus élevés. Pour prendre les mesures, il est préférable d'utiliser un mètre ruban ordinaire en tissu ou en plastique, du type de ceux utilisés pour la couture. Il est préférable de viser un ajustement serré plutôt qu'ample, car l'expérience montre qu'un ajustement serré est beaucoup plus confortable et sûr qu'un ajustement ample.

Le porteur doit se tenir droit, les pieds écartés d'environ 60 cm et les mains posées sur l'arrière de la tête pendant que toutes les mesures sont prises. **Cette ceinture est conçue pour s'ajuster autour de la taille et ne peut pas être portée sur les hanches comme certains jeans, pantalons et jupes à la mode. Le point de référence principal pour toutes les mesures est le bord inférieur de la ceinture,** il est donc essentiel qu'elle soit mesurée pour s'adapter à la **taille**.

Pour les personnes ayant une silhouette plus ronde ou sans taille, la ceinture ne sera sûre que si le tour de taille est inférieur à la circonférence des hanches. La mesure **M** doit être utilisée pour déterminer ce point et le degré d'inconfort qui en résulte. **Toutes les mesures doivent être prises à même la peau.**

**Indiquer les centimètres ou les pouces.**

Description		Centimètres / Pouces	
A	Taille normale	A =	
B	Taille contrôlée (respirez profondément et rentrez la tête pour la rendre aussi petite que possible)	B =	
C	De la taille à l'avant, entre les jambes, jusqu'au début des lèvres.	C =	
D	De la taille à l'avant, entre les jambes, jusqu'à l'extrémité des lèvres.	D =	
E	De la taille au clitoris	E =	
I	De la taille entre les jambes à l'anus	I =	
J	De la taille avant entre les jambes et les fesses à la taille arrière	J =	
K	Taille avant entre les jambes et sur les fesses jusqu'à la taille arrière	Gauche =	
		Droit =	
L	Taille entre les fesses et l'anus	L =	
M	Mesure de la taille à l'aide d'une ceinture d'un pouce de large.	M =	
N	Tour de hanches	N =	
P	Hauteur	P =	

**Remarques importantes concernant les mesures, à lire avant de commencer à mesurer.**

1. Attachez autour de la taille une ceinture de 2,5 cm de large en veillant à ce qu'elle soit horizontale et qu'elle ne descende pas sur le devant. Faites une marque (marque 1) sur le milieu du front de la personne mesurée, au niveau du dessous de la ceinture. (En fonction de l'anatomie, cette marque peut se situer au-dessus, au-dessous ou sur le nombril).
2. Ajustez la ceinture à la plus petite circonférence à laquelle vous pensez pouvoir la porter et marquez la position sur la ceinture. Ne pas Ne soyez pas tentée de vous contenter d'un ajustement confortable, visez un ajustement serré plutôt qu'un ajustement lâche.
3. Faites une marque (marque 2) au milieu du dos du porteur, au niveau du dessous de la ceinture.
4. Faites des marques (marques 3 et 4) à 7,5 cm de part et d'autre de la marque 2, également au niveau du dessous de la ceinture.

