

PRIVÉ ET CONFIDENTIEL
FB/200 - FGA/200 TABLEAU DES MESURES

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 tirez pour la rendre aussi petite que possible)	B =
C	Repère 2 jusqu'au début des lèvres labiales	C =
D	Repère 2 jusqu'à l'extrémité des lèvres labiales	D =
E	2 mètres jusqu'au clitoris	E =
I	repère 2 entre les jambes et l'anus	I =
J	repère 2 entre les jambes et les fesses jusqu'à l'arrière de la taille	J =
L	Tour de taille entre les fesses et l'anus	L =
M	Mesure de la taille à l'aide d'une ceinture de 2,5 cm de large.	M =
N	Tour de hanches	N =
P	Taille	P =

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

1. Attacher une ceinture de 2,5 cm autour de la taille 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. (Selon 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 soyez pas tenté de vous contenter d'un ajustement agréable et confortable, visez un ajustement serré plutôt qu'un ajustement lâche.
3. Repérez le centre arrière de la taille et marquez-le (repère 2), également au niveau du dessous de la ceinture. Faites deux autres marques (marque 3 & marque 4) à 7,5 cm à gauche et à droite du centre.

