



What's in a Dress

CÓMO TOMAR TUS MEDIDAS

Sigue esta guía para tomar tus medidas. Es muy importante que alguien te mida, ya que si te mides tú misma las medidas no serán exactas. Mídete en ropa interior, no sobre la ropa y manteniendo tu posición natural.

1. ANCHO DE HOMBROS

Toma la medida desde la esquina de un hombro hasta la esquina del otro, manteniendo la cinta estirada.

2. PECHO

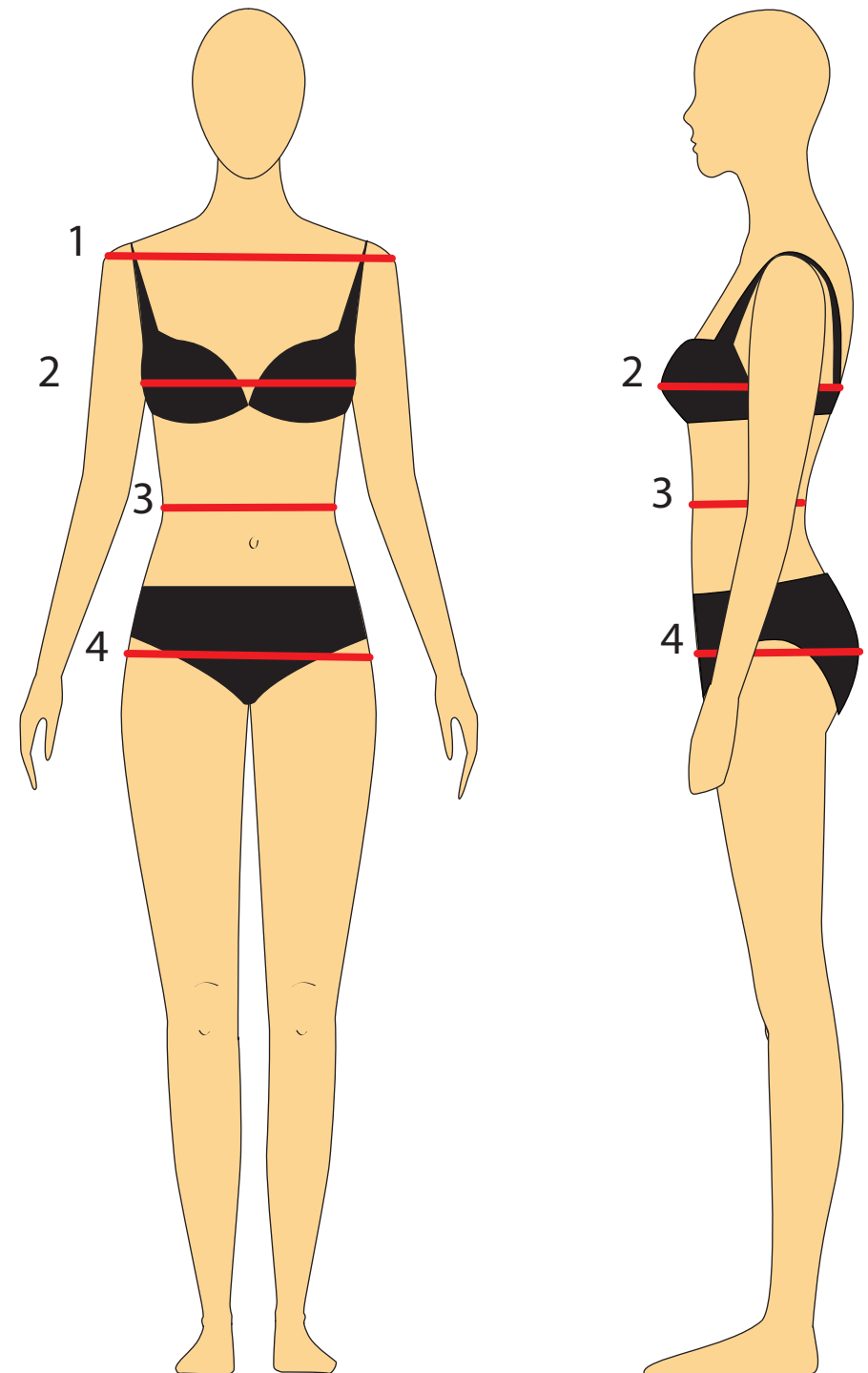
Rodea la espalda y el pecho con la cinta métrica. Tus brazos deben caer relajados a los lados del cuerpo. Asegúrate de que la cinta métrica se sitúa sobre la parte más prominente del pecho y en una línea horizontal alrededor de pecho y espalda.

3. CINTURA

Sitúa la cinta métrica sobre tu cintura natural. La cintura natural es la parte más estrecha de tu cintura (normalmente se sitúa a unos 3 centímetros sobre el ombligo).

4. CADERAS

Mide alrededor de la parte donde tus caderas tienen su máximo contorno, normalmente a la altura del trasero. Asegúrate de que la cinta se mantiene horizontal alrededor de todo el contorno.



5. HOMBRO-CINTURA

Átate una cinta o cordón alrededor de la cintura natural. Coloca el extremo de la cinta en el punto medio de la línea de hombro y lleva la cinta hasta la cintura pasando por el pezón. Debes mantenerte recta, pero en una posición relajada.

6. CINTURA-RODILLA

Átate una cinta o cordón alrededor de la cintura natural. Mide en vertical desde la cintura hasta la parte inferior de la rodilla, donde hay un hueso prominente. Mantente recta pero en posición relajada.

7. ALTURA

Mídete en posición recta pero relajada.

