

<i>Instrukcja</i>	<i>Wymiar</i>	<i>Zmierzona wielkość [cm]</i>
Jeśli nie znasz swojego wzrostu, stań przy ścianie i poproś, aby ktoś zaznaczył na niej wysokość do czubka Twojej głowy, ołówkiem prostopadłe do ściany. Zmierz odległość od podłogi.	WZROST	
Mierz trzymając miarkę w poziomie na plecach, z przodu prowadząc przez najszersze miejsce biustu, może być to wysokość brodawek sutkowych.	OBWÓD BIUSTU	
Mierz trzymając miarkę poziomo wokół całego obwodu poniżej biustu, staraj się nie ścisnąć ani nie dodawać luzu.	OBWÓD POD BIUSTEM	
Zmierz najwęższe miejsce na Twoim brzuchu, może być tuż powyżej pępka, poniżej ostatnich żeber, a powyżej talerzy biodrowych. Nie ścisnąć ani nie dodawaj luzu. Zawiąż w talii tasiemkę lub cienki sznurek.	OBWÓD TALII	
Zmierz najszersze miejsce na Twoich biodrach. Może być na nieco różnej wysokości, np. w połowie pośladków lub tam, gdzie zaczynają się uda, jeśli są masywne.	OBWÓD BIODER	
Zmierz najszerszy obwód ramienia pomiędzy barkiem a łokciem.	OBWÓD RAMIENIA/ BICEPSA	
Zmierz obwód dłoni wraz z kciukiem. Pamiętaj, że cała dłoń musi przejść przez nierozciągliwy rękaw, a więc obwód nadgarstka musi być zmierzony z zapasem na dłoń.	OBWÓD NADGARSTKA	
Zmierz długość wyprostowanej ręki, najlepiej po zewnętrznej stronie, od ramienia do nadgarstka.	DŁUGOŚĆ RĘKI DO NADGARSTKA	
Zmierz odległość od podstawy szyi do stawu barkowego. Znajdź okolicę ścięgna na szyi, które napina się gdy pochylasz głowę w bok, miejsce, gdzie ścięgno przechodzi najbliżej obojczyka może być uznane za podstawę szyi.	SZEROKOŚĆ RAMIENIA	
Zmierz odległość pomiędzy szczytami biustu.	ROZSTAW BIUSTU	
Pochyl głowę do przodu. Na karku wyczuź wystający 7 kręgi szyjne. Zmierz odległość od tego kręgu do tasiemki w talii.	DŁUGOŚĆ PLECÓW DO TALII	
Na barku, nieco z tyłu odznacza się wystający wyrostek łopatki, znajdź go na obu barkach. Zmierz odległość po łuku pleców pomiędzy barkami.	SZEROKOŚĆ BARKÓW	
Zmierz obwód u podstawy szyi. Z tyłu na wysokości tuż powyżej 7 kręgu szyjnego, z przodu poniżej chrząstki tarczowatej.	OBWÓD SZYI	
Znajdź 7 kręgi szyjne. Zaczynając od tego miejsca poprowadź miarkę po boku szyi, w dół do szczytu jednej z piersi. Jeśli Twoje piersi są bardzo wyraźnie asymetryczne, zmierz tę odległość z obu stron.	DŁUGOŚĆ PRZODU DO PIERSI	

Znajdź 7 krąg szyjny. Zaczynając od tego miejsca poprowadź miarkę po boku szyi, w dół do szczytu jednej z piersi, dalej w dół do tasiemki w talii. Pomiędzy biustem a talią nie przyciskaj miarki do ciała, tylko zmierz odległość w powietrzu.	DŁUGOŚĆ PRZODU DO TALII	
Od tasiemki w talii wyznacz pożądaną długość spódnicy lub dołu sukienki. Jeśli chcesz, aby był asymetryczny, opisz dokładnie, która strona ma być dłuższa, a która krótsza i o ile. Nie zginaj nóg w trakcie mierzenia, raczej pochyl się w biodrach.	DŁUGOŚĆ SPÓDNICY/ DOŁU	
Długość rękawa do nadgarstka jest potrzebna do konstrukcji. Każdy model ma domyślną długość rękawa, jeśli chcesz inną, opisz to tutaj dokładnie.	TWOJA DŁUGOŚĆ RĘKAWA	
Jeśli chcesz dodać inne wykończenia, troczki, paski, koronkę itp., opisz to dokładnie.	DETALE	
To jest miejsce na ustalenie innych modyfikacji kroju.	INNE MODYFIKACJE	

Najlepiej, jeśli przy pomiarach pomoże Ci druga osoba. Pomiar będzie dzięki temu o wiele dokładniejszy. Jeśli musisz mierzyć się sama, najlepiej rób to przy lustrze, starając się stać prosto i swobodnie, nie skręcać tułowia, nie zginać ani nie skręcać mierzonych miejsc. Staraj się oddychać swobodnie, nie robić ani zbyt mocnych wdechów, ani wydechów, nie ściskaj miarki ani nie dodawaj luzu. Na czas pomiaru załóż bieliznę lub cienkie ubranie, które nie zniekształca ciała, np. ubierz top i legginsy, zamiast bielizny modelującej. Jeżeli zamierzasz w danym ubraniu nosić zawsze bieliznę modelującą lub wyszczuplającą, gorset, biustonosz push-up, to możesz pomiarów dokonać właśnie w tym rodzaju bielizny. W przeciwnym razie mierz jak najbardziej naturalne ciało. Jeżeli wyjątkowo bardzo lubisz ciasne/ szersze ubrania, daj mi znać, a dobiórę luz konstrukcyjny tak, aby to uzyskać. W razie wszelkich wątpliwości nie wahaj się odezwać do mnie.