

**Αυτές είναι οι σημαντικότερες μετρήσεις που πρέπει να γνωρίζετε.**

**Για τους άνδρες η Β και D συνήθως αρκούν!**  
*Η C είναι πιο σημαντική εάν είστε γυναίκα και επιλέγετε ανδρικό μέγεθος.*

### **B. Μέση**

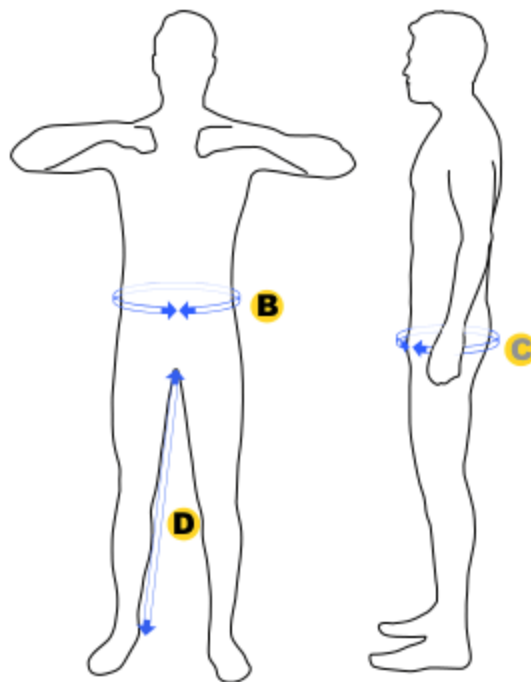
Η περίμετρος της μέσης στο ύψος που στέκεται το παντελόνι.

### **D. Καβάλος**

Το εσωτερικό μήκος του ποδιού.

### **C. Περιφέρεια.**

Η μεγαλύτερη περίμετρος των γοφών.



# ΠΑΝΤΕΛΟΝΙΑ

Πριν μετρηθείτε διαβάστε

### TIPS ΓΙΑ ΝΑ ΠΑΡΕΤΕ ΣΩΣΤΑ ΜΕΤΡΑ

1. Είναι καλύτερα εάν υπάρχει ένα δεύτερο άτομο για να κάνει τις μετρήσεις.
2. Χρησιμοποιείτε μεζούρα και μετράτε κατευθείαν πάνω στο σώμα φορώντας μόνο εφαρμοστά εσώρουχα ή κολάν.
3. Μετρήστε την περίμετρο της μέσης στο ύψος που φοράτε το παντελόνι με τη μεζούρα να ακουμπά αλλά όχι να σφίγγει το σώμα.
4. Για τον καβάλο μετρήστε, σε όρθια θέση και χωρίς να φοράτε παπούτσια, όλο το πόδι εσωτερικά έως το πάτωμα.

<b>Η μέση σας (B)</b>	cm	72	76-78	80-82	84-86	88-90	92-94	96-98	100-104	106-108	110-114	120	128	136	144
Η περιφέρειά σας (C)	cm	92	94	96-98	100-102	104-106	108-110	112-114	116-118	120-122	124-126	128-130	144	152	160
<b>Ο καβάλος σας (D)</b>	cm	<b>ΤΟ ΜΕΓΕΘΟΣ ΣΑΣ</b>													
Short (D sizes)	72-79		84	88	92	96	100	104	108	112	116	120			
Regular	80-84	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68
Long	85-88			146	148	150	152	154	156						

**Να θυμάστε ότι ο καλύτερος τρόπος για να διαλέξετε τα ρούχα που σας ταιριάζουν απόλυτα, είναι δοκιμάζοντάς τα στ' αλήθεια!**