

## Инструкция по определению размера бюстгальтера и трусов

### Определение размера бюстгальтера

Все измерения следует проводить в бюстгальтере, желательно с мягкой чашкой, который отвечает Вашим требованиям к идеальной посадке.

#### Шаг 1. Измерение обхвата под грудью

Обхват под грудью измеряется при поднятых вверх руках для более плотного прилегания размерной ленты.



Лента располагается строго под основанием грудных желез, горизонтально и плотно к корпусу.

Определение размера бюстгальтера в зависимости от обхвата под грудью:

Диапазон измерения, см	Размер бюстгальтера
68-72	70
73-77	75
78-82	80
83-87	85
88-92	90
93-97	95
98-102	100
103-107	105

Например, если при измерении получили цифру 69 см, это соответствует размеру бюстгальтера 70.

#### Шаг 2. Измерение обхвата груди

Следует измерять обхват тела по самым выступающим точкам груди в положении с опущенными руками. Лента расположена горизонтально, свободно.



### Шаг 3. Определение полноты чашки

Из обхвата груди (шаг 2) вычитывается обхват под грудью (шаг 1). Полученная цифра – это значение полноты чашки, которую можно узнать, используя размерную таблицу:

СНГ	<b>CIS</b>	65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120
Европа	<b>EUR</b>	65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120
Великобритания	<b>GB</b>	30	32	34	36	38	40	42	44	46	48	50	52

Размер чашки (полнота)	Обхват груди (см)												
	AA	75-77	80-82	85-87	90-92	95-97	100-102						
13 см	<b>A</b>	77-79	82-84	87-89	92-94	97-99	102-104	107-109	112-114	117-119	122-124		
15 см	<b>B</b>	79-81	84-86	89-91	94-96	99-101	104-106	109-111	114-116	119-121	124-126	129-131	134-136
17 см	<b>C</b>	81-83	86-88	91-93	96-98	101-103	106-108	111-113	116-118	121-123	126-128	131-133	136-138
19 см	<b>D</b>	83-85	88-90	93-95	98-100	103-105	108-110	113-115	118-120	123-125	128-130	133-135	138-140
21 см	<b>E</b>	85-87	90-92	95-97	100-102	105-107	110-112	115-117	120-122	125-127	130-132	135-137	140-142
23 см	<b>F</b>	87-89	92-94	97-99	102-104	107-109	112-114	117-119	122-124	127-129	132-134	137-139	142-144
25 см	<b>G</b>	89-91	94-98	99-101	104-106	109-111	114-116	119-121	124-126	129-131	134-136	139-141	144-146
27 см	<b>H</b>	91-93	96-98	101-103	106-108	111-113	116-118	121-123	126-128	131-133	136-138	141-143	146-148
29 см	<b>I</b>	93-95	98-100	103-105	108-110	113-115	118-120	123-125	128-130	133-135	138-140	143-145	148-150
31 см	<b>J</b>	95-97	100-102	105-107	110-112	115-117	120-122	125-127	130-132	135-137	140-142	145-147	150-152

#### Обхват под грудью (см)

63-67	68-72	73-77	78-82	83-87	88-92	93-97	98-102	103-107	108-112	113-117	118-122
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------	---------	---------	---------	---------

**«Обхват груди» – «обхват под грудью» = «размер чашки»**

Например, 86 см – 69 см = 17 см (по таблице – полнота C)

В результате измерений определен размер – 70C.

Однако метрический способ ориентировочный, поэтому бюстгалтер следует обязательно примерять перед покупкой.

### Определение размера трусов

Размер трусов определяется путем измерения обхвата бедер по самым выступающим точкам:



Размер определяется по таблице значений:

СНГ	<b>CIS</b>	86	90	94	98	102	106	110	114	118	122	126	130	134
Европа	<b>EUR</b>	34	36	38	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58

#### Обхват бедер (см)

84-88	88-92	92-96	96-100	100-104	104-108	108-112	112-116	116-120	120-124	124-128	128-132	132-136
-------	-------	-------	--------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------

Например, если при измерении получено значение 97 см, следует приобретать трусы 98 размера.