



## 1. Toma tus medidas

Coge una cinta métrica y toma las medidas que necesites siguiendo estos consejos:

**PECHO:** Has de medir tu pecho por la zona **más ancha**, rodeándolo completamente.

**CINTURA:** Medir el contorno completo de tu cintura natural, **por encima de la cadera**.

**CADERA:** Toma esta medida rodeando todo el cuerpo por la parte **más ancha** de tu cadera.

**BRAZO:** Toma esta medida rodeando el bíceps en reposo por su parte **más ancha**.

**PIE:** Busca en la tabla tu talla de calzado.

**TIRO:** Medida de la prenda desde la cintura hasta la costura de entrepierna.

**CAMAL:** Medida de la prenda desde la cintura hasta el extremo del camal.

## 2. Busca tus medidas en la siguiente tabla

Compara las medidas que te has tomado con la siguiente tabla.

	Unisex		Woman		
	pecho	cintura	pecho	cintura	cadera
XS	81-86	81-86			
S	87-92	87-92	83-86	79-82	79-82
M	93-98	93-98	87-90	83-86	85-88
L	99-104	99-104	91-94	87-90	89-92
XL	105-110	105-110	95-98	91-94	93-96
XXL	111-116	111-116			

\* Medidas en cm.  $\pm 1,5$ cm

Si tu medida no coincide con ninguno de las horquillas de tallas, tendrás que optar por la talla inferior con un ajuste más ceñido, o por la talla superior con un ajuste más holgado.