



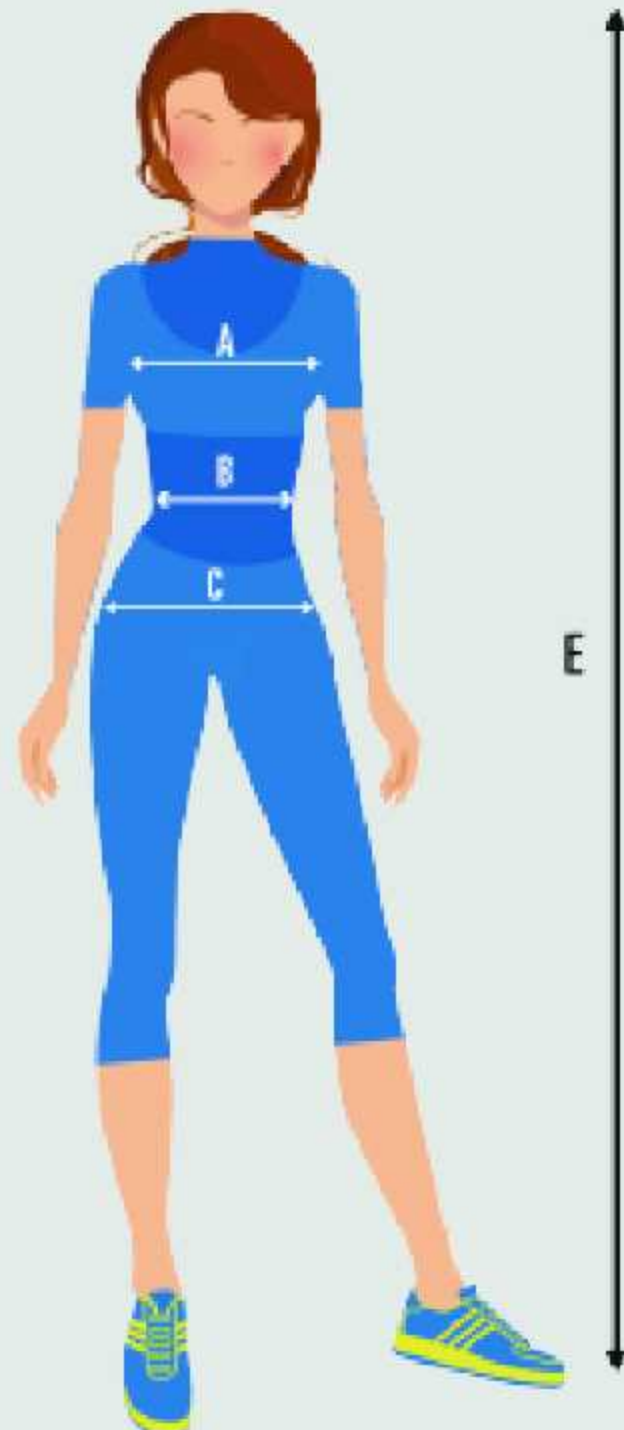
1º PASO

Tome una cinta métrica de costurera para poder determinar las medidas corporales exactas y así poder determinar la talla que mejor se adapte a su complexión.



2º PASO

Mida las distancias indicadas en el siguiente dibujo



MEDIDAS QUE DEBE TOMAR

- A - Contorno de pecho
- B - Contorno de cintura
- C - Contorno de cadera
- D - Contorno de muslo
- E - Estatura

3º PASO

Busque sus medidas en la siguiente tabla. Medidas orientativas en centímetros (cm).

	XXS	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL	4XL	5XL
A - Pecho	80	84	88	92	96	100	104	108	112	116
B - Cintura	64	68	72	76	80	84	86	90	94	98
C - Cadera	88	92	96	100	104	108	112	116	120	124
D - Peso	<45	45-50	50-55	55-60	60-65	65-75	75-80	80-85	85-90	>90
Estatura	148-154	152-158	156-162	160-168	164-171	167-173	169-175	173-177	175-179	177-181

Cuando se trata de una **prenda con tejido compresivo, es necesaria una talla superior.**

4º PASO

Según le guste vestir más holgado o más ajustado, podrá determinar la talla de la siguiente manera.

Ejemplo: Usted mide de contorno de pecho (90 cm) si **le gusta vestir ajustado** cogerá una talla S (88cm) y si **le gusta vestir holgado** cogerá la talla M (92cm).

