

PRIVAT OCH KONFIDENTIELLT MÅTDIAGRAM FB/100/D

Kund: _____

Datum: _____

viktigt: Det är viktigt att de mätningar du registrerar är så exakta som möjligt. En hög grad av omsorg och uppmärksamhet måste ägnas åt denna uppgift. Ta god tid på dig och upprepa mätproceduren tills du är säker på att du registrerar konsekventa och korrekta värden.

Dessa bälten är av nitad konstruktion och är inte justerbara. Medan små fel inte är svåra att rätta till, kommer större fel alltid att medföra högre kostnader. Ett vanligt måttband av tyg eller plast av den typ som används för klädtillverkning är bäst för att ta måtten. Du bör sträva efter en tight snarare än en lös passform, eftersom erfarenheten visar att en tight passform är mycket bekvämare och säkrare än en lös.

Användaren bör stå upprätt med fötterna ungefär (60 cm) från varandra och händerna placerade på baksidan av huvudet medan alla mått tas. **Detta bälte är utformat för att passa runt midjan och kan inte bäras på höfterna som vissa moderiktiga jeans, byxor och kjolar. Den viktigaste referenspunkten för alla mått är midjebandets nedkant,** så det är av avgörande betydelse att det mäts så att det passar **midjan** .

För personer med en fylligare eller midjelös figur är bältet endast säkert om midjebandet är mindre än höftomkretsen. Mättet **M** bör användas för att avgöra detta, och graden av obehag som blir följden. **Alla mått måste tas intill huden.**

Ange centimetrar eller tum.

Beskrivning		Centimeter / tum
A	Midja normal	A =
B	Midja kontrollerad (ta ett djupt andetag och dra in för att göra den så liten som möjligt)	B =
C	Framsida midja ner mellan benen till början av blygdläpparna	C =
D	Framifrån midjan ner mellan benen till slutet av blygdläpparna	D =
E	Framifrån midjan ner till klitoris	E =
I	Midjan fram mellan benen till anus	I =
J	Midjan fram mellan benen och skinkorna till bakre midjan	J =
K	Midjan fram mellan benen och över skinkorna till bakre delen av midjan	Vänster =
		Höger =
L	Midja bak mellan skinkorna till anus	L =
M	Midjemått med hjälp av ett 2,5 cm brett bälte.	M =
N	Höfternas omkrets	N =
P	Höjd	P =

Viktiga anmärkningar angående mått Vänligen läs innan du börjar mäta.

1. Fäst ett 2,5 cm brett bälte runt midjan och se till att det är horisontellt och inte nedfällt framtill. Gör ett märke (märke 1) mitt fram på den person som skall mätas i nivå med bältets undersida. (Beroende på anatomin kan detta vara ovanför, under eller på naveln).
2. Justera bältet till den minsta omkrets där du känner att du kan bära det och markera positionen på bältet. Låt dig inte frestas att nöja dig med en skön och bekväm passform, utan sträva efter en tight snarare än en lös passform. Ta bort bältet, lägg ut det platt och mät från änden till referensmarkeringen för att bestämma längden.
3. Från den punkt som markerades i steg 1 mäter du nedåt mot början av blygdläpparna ett avstånd som motsvarar 1/8 av det mått du fick i steg 2 och markerar (markera 2) denna punkt på kroppen med en tuschpenna eller liknande.

