

PRIVAT OCH KONFIDENTIELLT FB/200 - FGA/200 MÅTTTABELL

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.

Bäraren 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 nederkant,** så det är av avgörande betydelse att det mäts för att passa **midjan**.

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

Ange centimetrar eller tum.

Beskrivning		Centimeter / tum	
A	Midja normal	A =	
B	Kontrollerad midja (ta ett djupt andetag och dra in för att göra den så liten som möjligt)	B =	
C	Märke 2 ned till början av blygdläpparna	C =	
D	Mark 2 till slutet av blygdläpparna	D =	
E	Mark 2 till klitoris	E =	
I	Märk 2 mellan benen till anus	I =	
J	Markör 2 mellan ben och skinkor till bakre midjan	J =	
L	Midjemått mellan skinkorna och anus	L =	
M	Midjemått med 2,5 cm brett bälte.	M =	
N	Höfternas omkrets	N =	
P	Höjd	P =	

Viktiga anmärkningar angående mått Vänligen läs innan du börjar mät.

- Fäst ett 2,5 cm 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).
- 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.
- Hitta midjans bakre mittpunkt och markera den (markering 2) även i nivå med bältets undersida. Gör ytterligare två markeringar (markering 3 & markering 4) 7,5 cm till vänster och höger om mitten.

