

**CHAQUETA HOMBRE** (giubotto uomo/casaco homem/veste homme/man jacket/Herrenjacketen)

TALLA	S	M	L	XL	2XL	3XL
* B. PECHO (cm)	94/98	98/102	102/106	106/110	110/114	114/120

\* B = pecho/torace/tronco/poitrine/chest/brust

**CHAQUETA MUJER** (giubotto donna/casaco mulher/veste femme/woman jacket/Frauenjacketen)

TALLA	XS	S	M	L	XL
* B. PECHO (cm)	82/86	86/90	90/94	94/98	98/102

\* B = pecho/busto/peito/bruste/breast/büste

(ES)

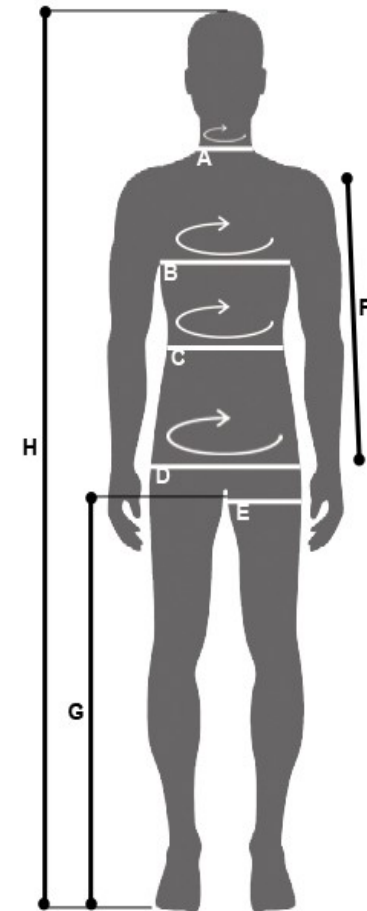
### GUIA DE TALLAS HOMBRE - ¿CÓMO TOMAR MEDIDAS?

- A.** Cuello. La circunferencia del cuello se mide a la altura de la septima vértebra (un par de centímetros por debajo de la nuez)
- B.** Pecho. Tomar medida de la circunferencia por la parte más ancha del pecho, bajo las axilas, manteniendo la cinta en posición horizontal.
- C.** Cintura. Tomar medida de la circunferencia por la parte más estrecha del tronco, a la altura del ombligo, manteniendo la cinta en posición horizontal.
- D.** Cadera. Tomar medida de la circunferencia por la parte más ancha de la cadera, a unos 20 cm por debajo de la cintura, manteniendo la cinta en posición horizontal.
- E.** Muslo. La circunferencia del muslo se mide justo por debajo de la entrepierna, la parte más ancha del muslo, manteniendo la cinta en posición horizontal.
- F.** Brazo. Medir la longitud desde el inicio del hombro hasta la muñeca con el codo fleixionado.
- G.** Pierna. Tomar la medida entre la entrepierna y el final de la pierna manteniendo la cinta en posición vertical..
- H.** Altura. De pie, con la espalda recta, contra una pared, tomar la medida desde la parte más alta de la cabeza y la planta de los pies, manteniendo la cinta en posición vertical.

(IT)

### GUIDA DI TAGLIE UOMO- COME PRENDERE LE MISURE DEL CORPO?

- A.** Collo. La circunferenza del collo si misura all'alteza della settima vertebra (un paio di cm sotto il pomo d'adamo).
- B.** Torace. Misurare la circunferenza per la zona più ampia del torace, sotto le ascelle, mantenendo il metro a nastro in posizione orizzontale.
- C.** Vita. Misurare la circunferenza per la zona più stretta del torso, all'alteza dell'ombelico, mantenendo il metro a nastro in posizione orizzontale.
- D.** Anca. Misurare la circunferenza per la zona più ampia dei glutei, circa 20cm soto la vita, mantenendo il metro a nastro in posizione orizzontale.
- E.** Coscia. Misurare la circunferenza della coscia, nella zona più ampia vicino al cavallo, mantenendo il metro a nastro in posizione orizzontale.
- F.** Braccio. Misurare la sua longitudine dall'inizio della spalla fino il polso, col gomito flesso.
- G.** Gamba. Misurare dal cavallo al pavimento senza scarpe, mantenendo il metro a nastro in posizione verticale..
- H.** Altezza. In piede, con l'eschiena dritta contro un muro, misurare dalla parte più alta della testa fino ai piedi, mantenendo il metro a nastro in posizione verticale.



(PT)

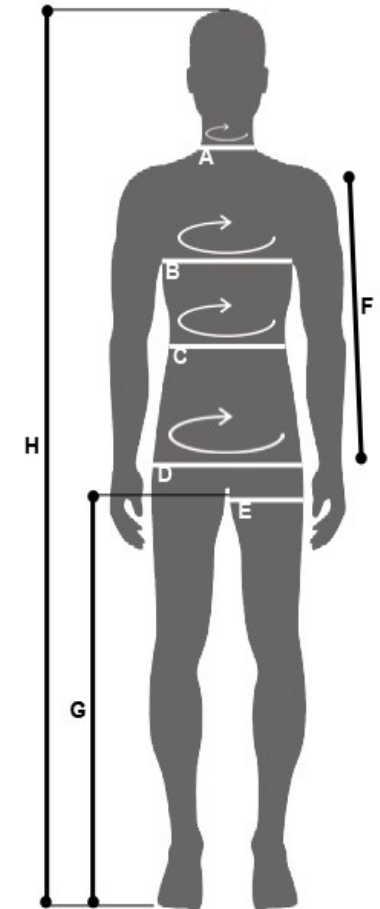
### GUIA DE TAMANHO HOMEM- COMO TOMAR MEDIDAS?

- A. Pescoço. A circunferência do pescoço é medida no auge da sétima vértebra (um par de centímetros abaixo da porca)
- B. Tronco. Meça a circunferência pela parte mais larga do tórax, sob as axilas, mantendo a fita horizontal.
- C. Cintura. Tome a medida da circunferência pela parte mais estreita do tronco, no alto do umbigo, mantendo a fita horizontal.
- D. Quadril. Meça a circunferência pela parte mais larga do quadril, cerca de 20 cm abaixo da cintura, mantendo a fita horizontal.
- E. Coxa. A circunferência da coxa é medida logo abaixo da virilha, a parte mais larga da coxa, mantendo a fita horizontal.
- F. Braço. Mude o comprimento desde o início do ombro até o pulso com o cotovelo flexed.
- G. Perna. Faça a medição entre a virilha e o final da perna, mantendo a fita vertical.
- H. Altura. Em pé, com as costas retas, contra uma parede, tome a medida da parte mais alta da cabeça e da sola dos pés, mantendo a fita vertical.

(FR)

### GUIDE DE TAILLE DE L'HOMME - COMMENT PRENDRE SES MESURES?

- A. Cou. La circonférence du cou se mesure à la hauteur de la septième vertèbre (quelques centimètres en dessous du larynx)
- B. Poitrine. Mesurez la circonférence dans la zone la plus large de la poitrine, sous les aisselles, en maintenant le mètre ruban horizontal.
- C. Taille. Prendre la mesure de la circonférence dans la zone la plus étroite du tronc, à la hauteur du nombril, en maintenant le mètre ruban horizontal.
- D. Hanches. Mesurez la circonférence par la zone la plus large de la hanche, environ 20 cm au-dessous de la taille, en maintenant le mètre ruban horizontal.
- E. Cuisse. La circonférence de la cuisse est mesurée juste en dessous de l'entrejambe, la zone la plus large de la cuisse, en maintenant le mètre ruban horizontal.
- F. Bras. Mesurez la longueur du début de l'épaule au poignet avec le coude plié.
- G. Jambe. Prenez la mesure de l'entrejambe au bas de la jambe, en maintenant le mètre ruban vertical.
- H. Hauteur. Debout, le dos droit contre un mur, prenez la mesure la plus haute de la tête à la plante des pieds, en maintenant le mètre ruban vertical.



(EN)

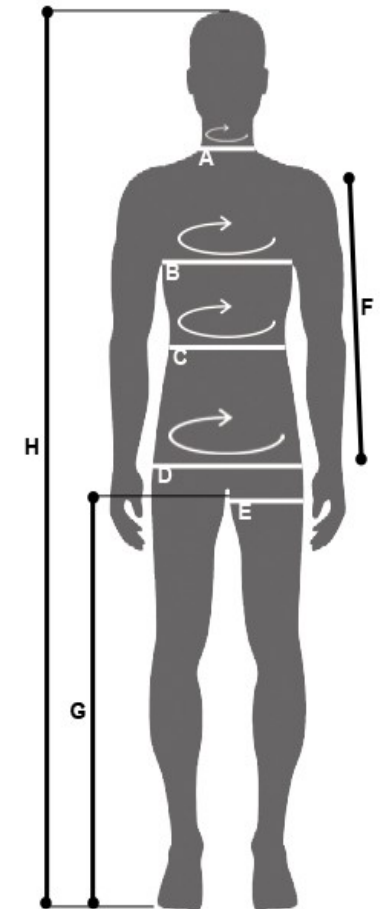
### MEN SIZE GUIDE - HOW TO MESURE

- A. Neck The circumference of the neck is measured about 2 cm below the Adam's apple at the seventh cervical vertebra.
- B. Chest. Measure around the fullest part, under the armpits, keeping the tape horizontal.
- C. Waist. Measure around the natural waist line, inline with the navel, keeping the tape horizontal.
- D. Hip. Measure around the fullest part of your hips, about 20cm below waist line, keeping the tape horizontal.
- E. Thigh. Measure around the thigh just below the crotch, keeping the tape horizontal
- F. Arm Length. Measure from shoulder (Humerus) to wrist.
- G. Inseam. Stand against a wall, ask someone else to measure from the crotch to the bottom of your leg, keeping the tape vertical.
- H. Height. Stand against a wall, ask someone else to measure from the oor to the top of your head, keeping the tape vertical.

(DE)

### MANN GRÖSSENANLEITUNG - WIE MISST MAN?

- A. Hals. Der Umfang des Halses wird etwa 2 cm unterhalb des Adamsapfel am siebten Halswirbel gemessen.
- B. Brust. Messen Sie den größten Teil unter den Achseln und halten Sie das Band waagerecht.
- C. Taille. Messen Sie um die natürliche Taille, inline mit dem Bauchnabel, halten Sie das Band horizontal.
- D. Hüfte. Messen Sie den größten Teil Ihrer Hüfte, etwa 20 cm unterhalb der Taille, und halten Sie das Band waagerecht.
- E. Oberschenkel. Messen Sie um den Oberschenkel knapp unter dem Schritt und halten Sie das Band waagerecht.
- F. Armlänge. Messen Sie von der Schulter (Humerus) bis zum Handgelenk.
- G. Schrittlänge. Stellen Sie sich an die Wand und bitten Sie jemanden, vom Schritt bis zum Fußende zu messen.
- H. Höhe. Stellen Sie sich gegen eine Wand und bitten Sie jemanden, vom Boden bis zum Kopf zu messen und das Band senkrecht zu halten.



(ES)

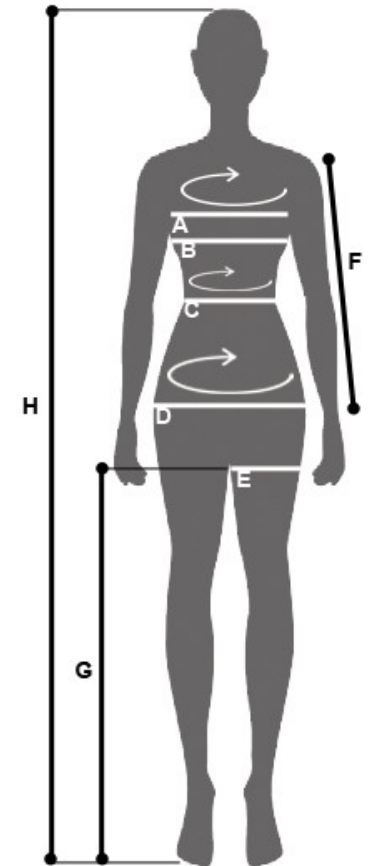
### GUIA DE TALLAS MUJER - ¿CÓMO TOMAR MEDIDAS?

- A.** Torax. La circunferencia del busto se mide, por debajo de las axilas y por encima del pecho, manteniendo la cinta en horizontal.
- B.** Pecho. Tomar medida de la circunferencia por la parte más ancha del pecho, bajo las axilas, manteniendo la cinta en horizontal.
- C.** Cintura. Tomar medida de la circunferencia por la parte más estrecha del tronco, a la altura del ombligo, manteniendo la cinta en horizontal.
- D.** Cadera. Tomar medida de la circunferencia por la parte más ancha de la cadera, a unos 20 cm por debajo de la cintura, manteniendo la cinta en horizontal.
- E.** Longitud brazo. Medir la longitud desde el inicio del hombro hasta la muñeca con el codo fleixionado.
- F.** Longitud pierna. Tomar la medida entre la entepierna y el final de la pierna.
- G.** Altura. De pie, con la espalda recta, contra una pared, tomar la medida desde la parte más alta de la cabeza y la planta de los pies, manteniendo la cinta en vertical.
- H.** Muslo. La circunferencia del muslo se mide justo por debajo de la entepierna, la parte más ancha del muslo, manteniendo la cinta en horizontal.

(IT)

### GUIDA DI TAGLIE DONNA - COME PRENDERE LE MISURE DEL CORPO?

- A.** Torace. Misurare la circonferenza sotto le ascelle e sopra la zona del seno, mantenendo il metro a nastro in posizione orizzontale.
- B.** Busto. Misurare la circonferenza per la zona più ampia del torace, sopra il seno e sotto le ascelle, mantenendo il metro a nastro in posizione orizzontale.
- C.** Vita. Misurare la circonferenza per la zona più stretta del torso, all'altezza dell'ombelico, mantenendo il metro a nastro in posizione orizzontale.
- D.** Anca. Misurare la circonferenza per la zona più ampia dei glutei, circa 20cm soto la vita, mantenendo il metro a nastro in posizione orizzontale.
- E.** Coscia. Misurare la circonferenza della coscia, nella zona più ampia vicino al cavallo, mantenendo il metro a nastro in posizione orizzontale.
- F.** Braccio. Misurare la sua longitudine dall'inizio della spalla fino il polso, col gomito flesso.
- G.** Gamba. Misurare dal cavallo al pavimento senza scarpe.
- H.** Altezza. In piede, con l'eschiene dritta contro un muro, misurare dalla parte più alta della testa fino ai piedi, mantenendo il metro a nastro in posizione verticale.



(PT)

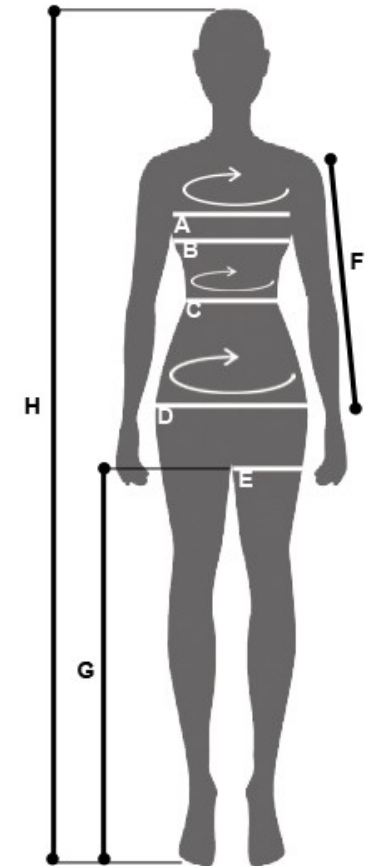
### GUIA DE TAMANHO MULHER - COMO TOMAR MEDIDAS?

- A. Busto. A circunferência do busto é medida, abaixo das axilas e acima do peito, mantendo a fita horizontal.
- B. Peito. Meça a circunferência pela parte mais larga do tórax, sob as axilas, mantendo a fita horizontal.
- C. Cintura. Tome a medida da circunferência pela parte mais estreita do tronco, no alto do umbigo, mantendo a fita horizontal.
- D. Quadril. Meça a circunferência pela parte mais larga do quadril, cerca de 20 cm abaixo da cintura, mantendo a fita horizontal.
- E. Coxa. A circunferência da coxa é medida logo abaixo da virilha, a parte mais larga da coxa, mantendo a fita horizontal.
- F. Braço. Mude o comprimento desde o início do ombro até o pulso com o cotovelo flexed.
- G. Perna. Faça a medição entre a virilha e o final da perna.
- H. Altura. Em pé, com as costas retas, contra uma parede, tome a medida da parte mais alta da cabeça e da sola dos pés, mantendo a fita vertical.

(FR)

### GUIDE DE TAILLE POUR FEMME - COMMENT PRENDRE SES MESURES?

- A. Buste La circonférence du buste est mesurée, sous les aisselles et au-dessus de la poitrine, en gardant le ruban horizontal.
- B. Poitrine. Mesurez la circonférence dans la zone la plus large de la poitrine, sous les aisselles, en maintenant le mètre ruban horizontal.
- C. Taille. Prendre la mesure de la circonférence dans la zone la plus étroite du tronc, à la hauteur du nombril, en maintenant le mètre ruban horizontal.
- D. Hanches. Mesurez la circonférence par la zone la plus large de la hanche, environ 20 cm au-dessous de la taille, en maintenant le mètre ruban horizontal.
- E. Cuisse. La circonférence de la cuisse est mesurée juste en dessous de l'entrejambe, la zone la plus large de la cuisse, en maintenant le mètre ruban horizontal.
- F. Bras. Mesurez la longueur du début de l'épaule au poignet avec le coude plié.
- G. Jambe. Prenez la mesure de l'entrejambe au bas de la jambe, en maintenant le mètre ruban vertical.
- H. Hauteur. Debout, le dos droit contre un mur, prenez la mesure la plus haute de la tête à la plante des pieds, en maintenant le mètre ruban vertical.



**(EN)**  
**SIZE GUIDE - HOW TO MESURE?**

- A.** Chest.. The circumference of the bust is measured, under the armpits and over the chest, keeping the tape horizontal.
- B.** Bust. Measure around the fullest part, under the armpits, keeping the tape horizontal.
- C.** Waist. Measure around the natural waist line, inline with the navel, keeping the tape horizontal.
- D.** Hip. Measure around the fullest part of your hips, about 20cm below waist line, keeping the tape horizontal.
- E.** Arm Length. Measure from shoulder (Humerus) to wrist.
- F.** Inseam. Stand against a wall, ask someone else to measure from the crotch to the bottom of your leg.
- G.** Height. Stand against a wall, ask someone else to measure from the oor to the top of your head, keeping the tape vertical.
- H.** Thigh. Measure around the thigh just below the crotch, keeping the tape horizontal.

**(DE)**  
**FRAU GRÖSSENANLEITUNG - WIE MISST MAN?**

- A.** Torax. Der Umfang der Torax wird unter den Achselhöhlen und über der Brust gemessen, wobei das Band horizontal gehalten wird.
- B.** Büste. Messen Sie den größten Teil unter den Achseln und halten Sie das Band waagerecht.
- C.** Taille. Messen Sie um die natürliche Taille, inline mit dem Bauchnabel, halten Sie das Band horizontal.
- D.** Hüfte. Messen Sie den größten Teil Ihrer Hüfte, etwa 20 cm unterhalb der Taille, und halten Sie das Band waagerecht.
- E.** Oberschenkel. Messen Sie um den Oberschenkel knapp unter dem Schritt und halten Sie das Band waagerecht.
- F.** Armlänge. Messen Sie von der Schulter (Humerus) bis zum Handgelenk.
- G.** Schrittlänge. Stellen Sie sich an die Wand und bitten Sie jemanden, vom Schritt bis zum Fußende zu messen.
- H.** Höhe. Stellen Sie sich gegen eine Wand und bitten Sie jemanden, vom Boden bis zum Kopf zu messen und das Band senkrecht zu halten.

