

# Снятие мерок

Прежде чем приступить к процедуре снятия мерок, хотелось бы отметить, что в различных системах кроя мерки снимаются немного по-разному.

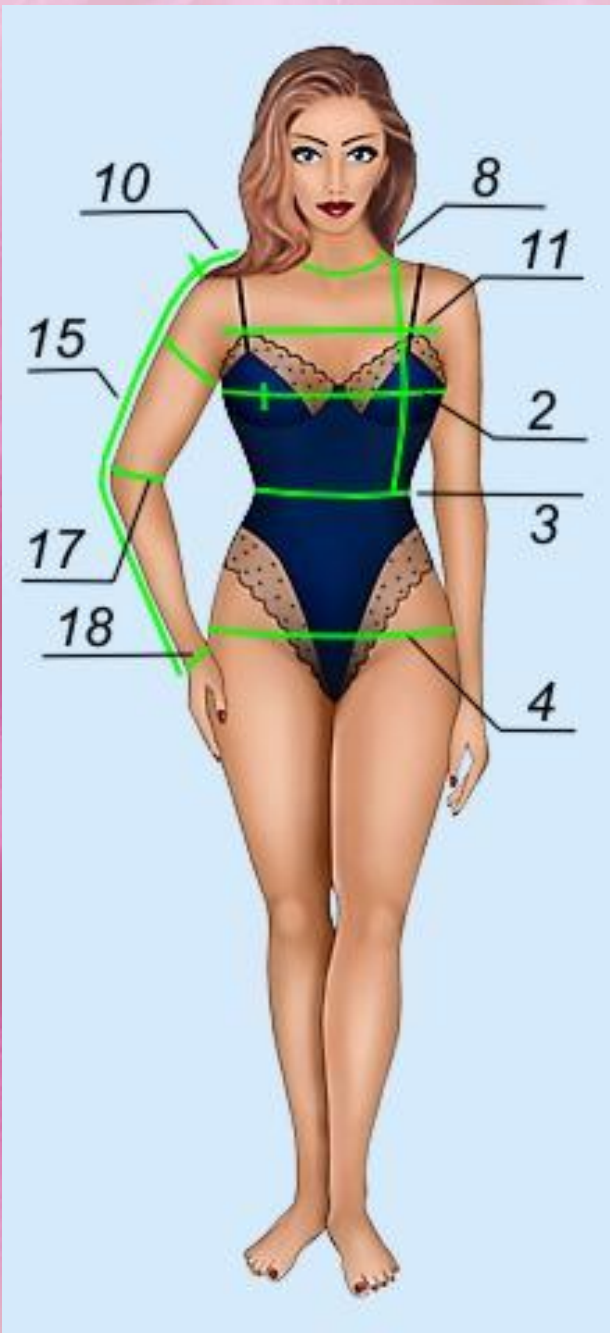
Здесь мы приводим наиболее распространенные варианты измерения фигуры.

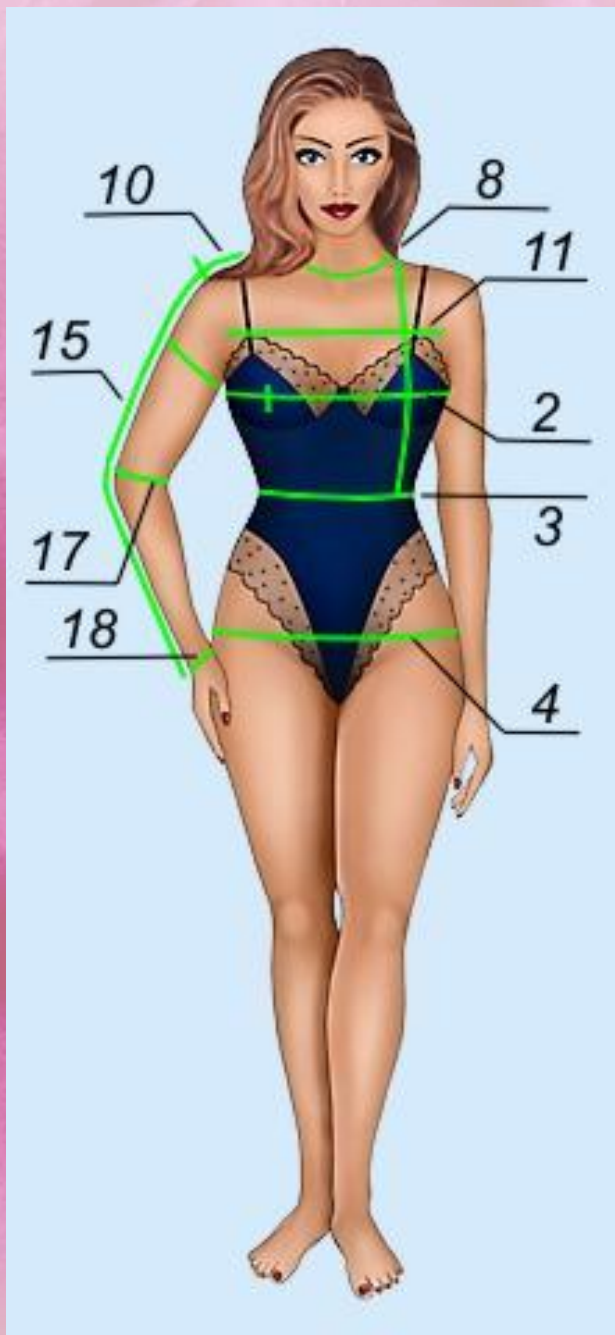
Итак:

1. **Рост (Р)** - вертикальное измерение фигуры от макушки до пят.

Самостоятельно измерить рост можно, положив на голову книгу и сделав засечку на стене. Готовые выкройки, как правило, рассчитаны на рост 168 (Европа), 164 или 170 см (Россия).

2. **Обхват груди (Ог)** - чаще всего, измеряется горизонтально по наиболее выступающим точкам груди. В системе Мюллера сзади сантиметровая лента приподнимается и проходит через лопатки.



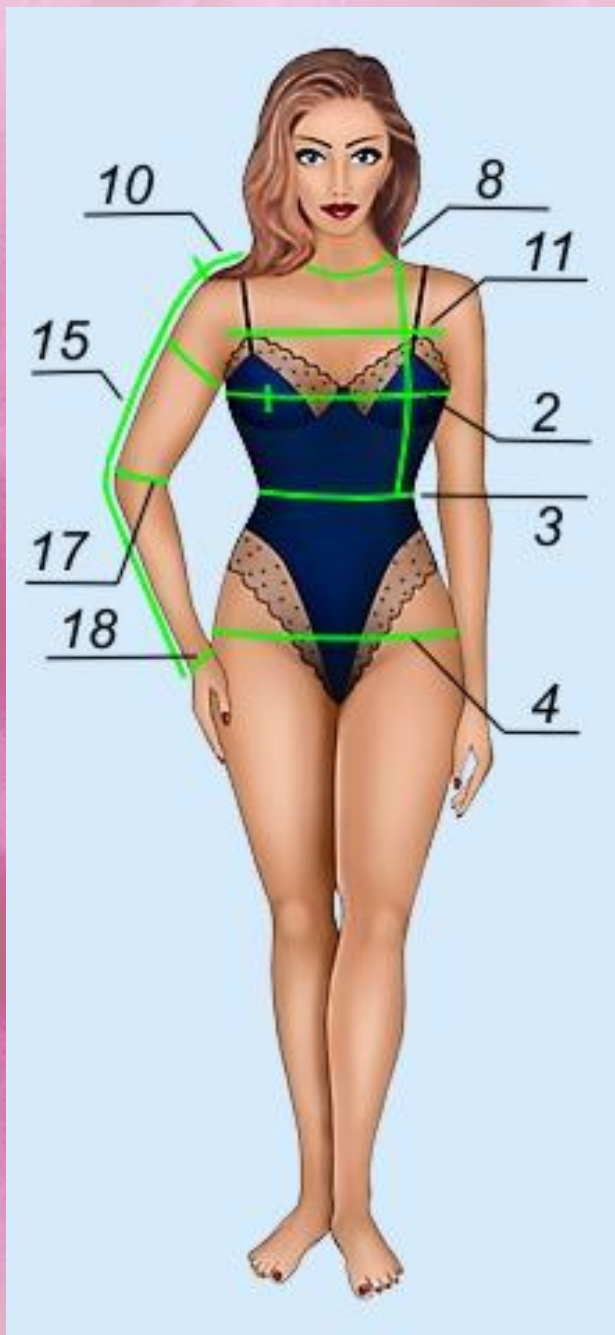


3. **Обхват талии (От)** - измеряется горизонтально по фиксирующей ленте на талии с легким натягом (легким!).

4. **Обхват бедер (Об)** - измеряется горизонтально по наиболее выступающим точкам ягодиц с учетом выступа живота. Точно получить это измерение можно с помощью ватмана, который следует обернуть вокруг бедер и сделать засечки в месте совмещения боковых сторон.

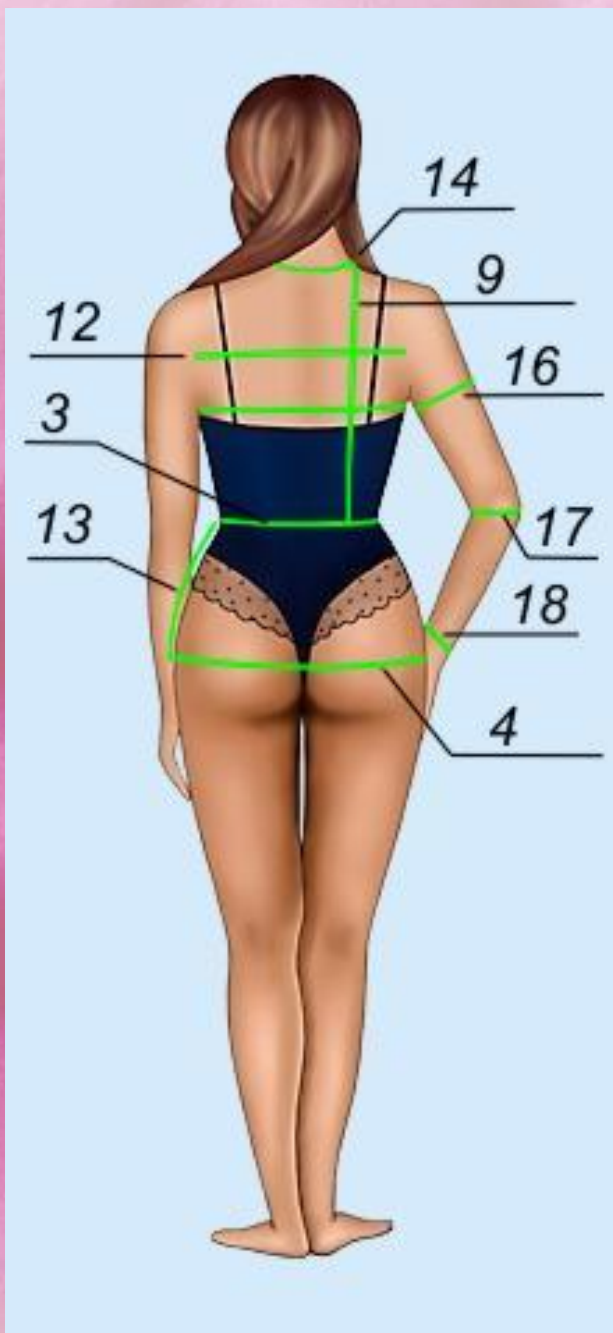
5. **Высота груди (Вг)**. Это измерение определяет положение линии груди на чертеже. В разных системах кроя снимают мерку либо от плеча до центра груди, либо от центра груди до линии талии.

6. **Расстояние между центрами груди (Цг)** – измеряется горизонтально между наиболее выступающими точками груди.



**7. Глубина горловины переда (Ггп) –** измеряется от вершины плеча вертикально до линейки, приложенной к основанию шеи. Эту величину можно также рассчитать из мерки обхвата шеи.

**8. Длина переда до талии (Дтп) –** измеряется от высшей точки плеча через наиболее выступающую точку груди до нижнего края ленты на талии. Это измерение в сочетании со следующим очень важно для правильного баланса изделия.

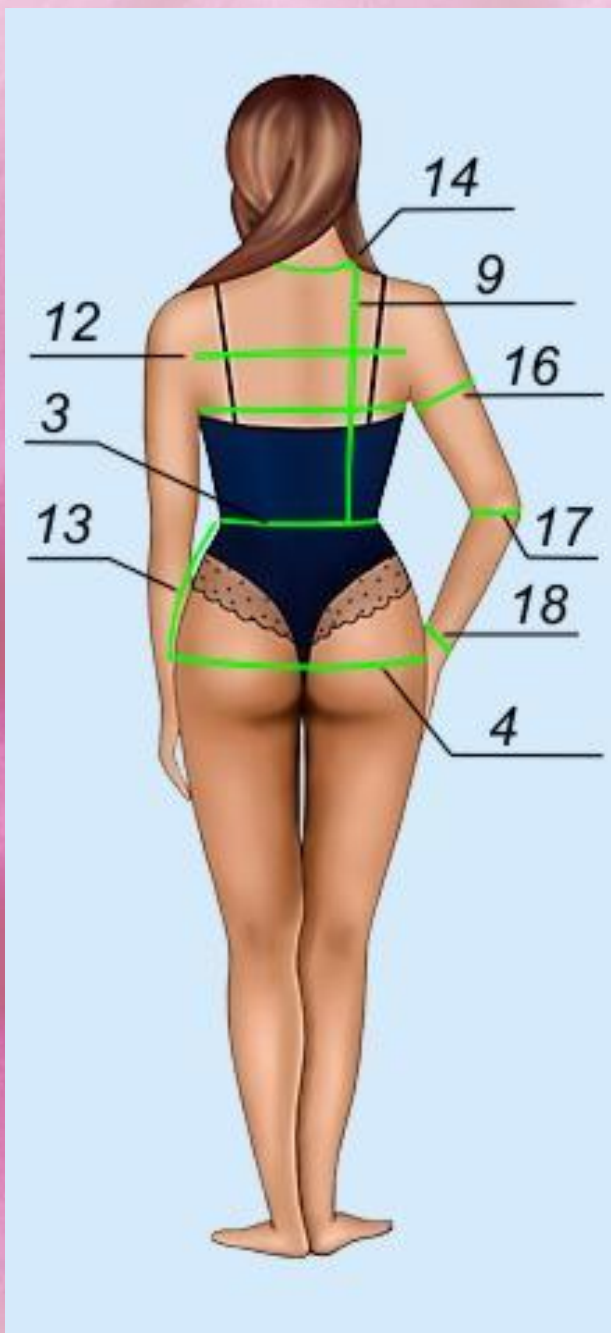


**9. Длина спины до талии (Дтс)** – измеряется от вершины плеча через наиболее выступающую точку лопатки до нижнего края ленты на линии талии. В некоторых методиках длину спины измеряют по позвоночнику - от 7-го шейного позвонка до нижнего края ленты, завязанной на талии.

**10. Ширина плеча (Шп)** – измеряется от основания шеи до точки сочленения плеча с рукой. Обычно, это измерение совмещают с измерением длины руки:  $10+15$  (рис. 1).

**11. Ширина груди (Шг)** - измеряется горизонтально над грудью на уровне подмышечных впаден от одной руки до другой.

**12. Ширина спины (Шс)** – измеряется горизонтально по наиболее выступающим точкам лопаток между задними углами подмышечных впадин от одной руки до другой.



**13. Высота бедер (Вб)** - измеряется от линии талии до линии, проходящей через наиболее выступающие точки ягодиц (линия бедер).

В системе кроя Мюллера высоту бедер определяют как вертикальное расстояние от 7-го шейного позвонка посередине спины до уровня измерения обхвата бедер.

**14. Обхват шеи (Ош)** - измеряют вокруг шеи по основанию.

**15. Длина руки до запястья (Друк)** - измеряют по слегка согнутой руке от точки сочленения плеча с рукой до запястья.

**16. Обхват верхней части руки (Опв)** – измеряется на уровне подмышечной впадины.

**17. Обхват руки по линии локтя (Ол)** – измеряется окружность руки в области локтевого сгиба.

**18. Обхват запястья (Оз)** - измеряется окружность запястья.

## Таблица личных мерок

дата снятия мерок:		
1	Рост (Р)	
2	Обхват груди (Ог)	
3	Обхват талии (От)	
4	Обхват бедер (Об)	
5	Высота груди (Вг)	
6	Расстояние между центрами груди (Цг)	
7	Глубина горловины переда (Ггп)	
8	Длина переда до талии (Дтп)	
9	Длина спины до талии (Дтс)	
10	Ширина плеча (Шп)	
11	Ширина груди (Шг)	
12	Ширина спины (Шс)	
13	Высота бедер (Вб)	
14	Обхват шеи (Ош)	
15	Длина руки до запястья (Друк)	
16	Обхват верхней части руки (Опв)	
17	Обхват руки по линии локтя (Ол)	
18	Обхват запястья (Оз)	

## женские размеры

Рост 168 см		40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60
1	Обхват груди	80	84	88	92	96	100	104	110	116	122	128
2	Обхват талии	62	66	70	74	78	82	86	92	98	104	110
3	Обхват бедер	86	90	94	98	102	106	110	116	122	128	134
4	Высота бедер	19,5	20,0	20,0	20,5	20,5	21,0	21,5	21,5	22,0	22,5	23,0
5	Ширина плеча	12	12,2	12,4	12,6	12,8	13	13,2	13,4	13,6	13,8	14
6	Обхват шеи	35,0	35,5	36,5	37,0	38,0	38,5	39,0	40,0	41,0	42,0	43,0
7	Длина руки до запястья	58,5	59,0	59,0	59,5	59,5	60,0	60,5	61,0	61,5	61,5	62,0
8	Обхват запястья	15,0	15,5	15,5	16,0	16,5	16,5	17,0	17,5	18,0	18,5	19,0

## мужские размеры

Рост 176 см		44	46	48	50	52	54
1	Обхват груди	88	92	96	100	104	108
2	Обхват талии	76	80	84	88	92	96
3	Обхват бедер	95	97,5	100	102,5	105	108,5
4	Обхват шеи	39,5	40,0	40,5	41,0	41,5	42,5