



## COMMENT BIEN CHOISIR SA TAILLE ?

**Important** : Avant de passer commande, veuillez à déterminer précisément la taille à commander à l'aide des tableaux ci-dessous. Si vous en avez la possibilité, faites-vous aider par une personne pour qu'elle prenne vos mesures.

Les mensurations se prennent à même le corps à l'aide d'un mètre ruban. Si vous ne possédez pas cet accessoire, prenez les mesures avec une ficelle et reportez la longueur de la ficelle sur une règle graduée pour connaître vos mensurations.

Pour les maillots :

**1- Tour de poitrine** : Placez le mètre ruban à l'endroit le plus fort de votre poitrine, sous les aisselles. Assurez-vous qu'il soit parallèle au sol et positionné sur vos omoplates dans le dos. Mesurez après avoir expiré normalement.

**2- Tour de taille** : Placez le mètre ruban à l'endroit le plus fin de votre taille, généralement juste au-dessus ou au-dessous de votre nombril. Mesurez après avoir expiré normalement.

	<b>S</b>	<b>M</b>	<b>L</b>	<b>XL</b>
<b>Tour de poitrine</b>	77-85	85-89	89-93	93-97
<b>Tour de taille</b>	69-73	73-77	77-81	81-85