

LUDORIA

GUIDE DE PRISE DES MESURES

IMPORTANT

La prise de mesures est une étape capitale dans l'élaboration de votre patron. Le document suivant vous aidera à prendre des mesures fiables.

Bonne lecture!

Table des matières

- Conseils préalables -----3
- Mode d'emploi-----4
- Repères anatomiques -----5
 - Cartographie des points à identifier -----6
 - Repères anatomiques -----7
- La prise de mesures -----15
 - Haut du corps -----16
 - Haut du corps - devant -----17
 - Haut du corps - dos -----26
 - Bas du corps -----30
 - Bas du corps - devant-----31
 - Bas du corps - dos -----36
- Récapitulatif des mesures -----39

Conseils préalables

- **Être 2 pour réaliser une bonne prise de mesures**

- Il est impératif de réaliser la prise de mesures à deux. Invitez votre copine couturière que vous n'avez pas vu depuis quelques temps, allumer la bouilloire et c'est parti pour 48 mesures!

- **Tenue pour la prise de mesures:**

- Nous vous conseillons de vous vêtir d'une tenue très collante, Un collant pour le bas et en haut un débardeur très moulant, Evitez les maillots de bain, bodies ou combinaisons de sport qui aplatiraient votre poitrine
- Utiliser le soutien-gorge que vous porterez le plus souvent avec la tenue que vous envisagez de coudre,

- **LES OUTILS**

- **Le mètre ruban**

- Les mètres ruban se déforment avec le temps, Vérifier la longueur de votre mètre ruban à l'aide d'une longue règle de tapissier ou d'un mètre de bricolage en métal
- Lors de la prise de mesures horizontales qui font le tour complet du corps, s'assurer que le mètre ruban est bien parallèle au sol
- Pour une bonne jonction
 - Superposer l'extrémité du mètre au niveau de ligne du milieu devant ou dos, c'est plus précis mais pas obligatoire.
 - Insérer un doigt sous la jonction pour une mesure plus réaliste incluant un minimum de confort

- **Une règle plate**

- Elle servira en complément du mètre ruban pour certaines mesures comme les largeurs et profondeurs d'encolure...

- **Du bolduc**

- Le vrai bolduc est un cordon plat tissé pour marquer les lignes de construction sur les mannequins de couture. Pour vous, un ruban fin, ou le bolduc de Noël (ruban cadeau) fera l'affaire pour marquer vos lignes de taille, de petites hanches, de hanches et de sous-fesses.

- **Un crayon à maquillage** :Juste pour tracer les petits points dont on a besoin sur votre cou et sur vos épaules.

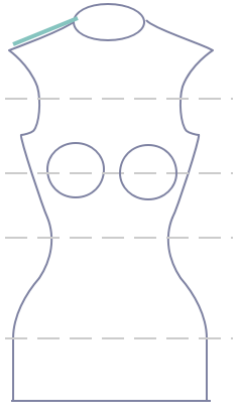
- **Un crayon à papier** :Juste pour noter vos mesures dans les cases puis dans le tableau récapitulatif à la fin du livret.

- **2 grosses perles**: Comme celles des petites filles pour faire des colliers. On les glisse dans son soutien-gorge pour marquer la pointe des saillants, comme ça pendant la prise de mesures, on a plus besoin de les presser sans cesse pour les faire apparaître.

MODE D'EMPLOI

- 1. Relever la mesure prise selon les instructions
- 2. Saisir la mesure dans votre espace en ligne, dans la section mesures

Mesure simple - Longueur pente d'épaule



Code mesure
1
Votre mesure
13

- Points nécessaires à la prise de mesures
 - ✓ Point d'encolure
 - ✓ Point de pente d'épaule
- La mesure se situe entre
 - ✓ le point d'encolure
 - ✓ Le point de pente d'épaule

Code mesure

E

13

M

V

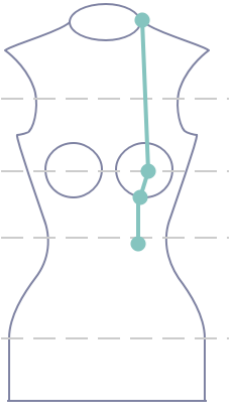
▶

Mesure Multiple

Elle est indiquée avec un double M - MM

La mesure s'effectue en une seule prise, on note les mesures intermédiaires et la mesure finale

MMPoint d'encolure / saillant / taille

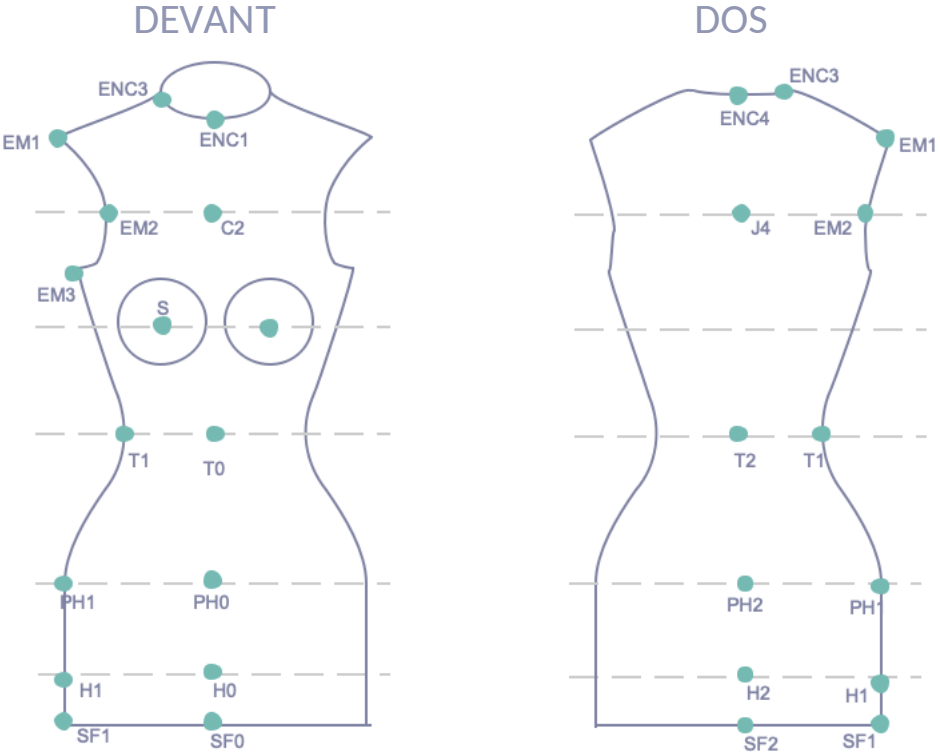


Code mesure	Votre mesure
G1	26,5
G2	34,5
G3	41

- Repère:
 - ✓ Point d'encolure
 - ✓ Saillant
 - ✓ Ligne de taille
- On part du point d'encolure, on joint le saillant puis on rejoint la ligne de taille parallèlement à la ligne milieu devant

REPÈRES ANATOMIQUES

Cartographie des points à Identifier



Repères anatomiques Clé

- Haut du Corps -

Cou & encolure - DEVANT

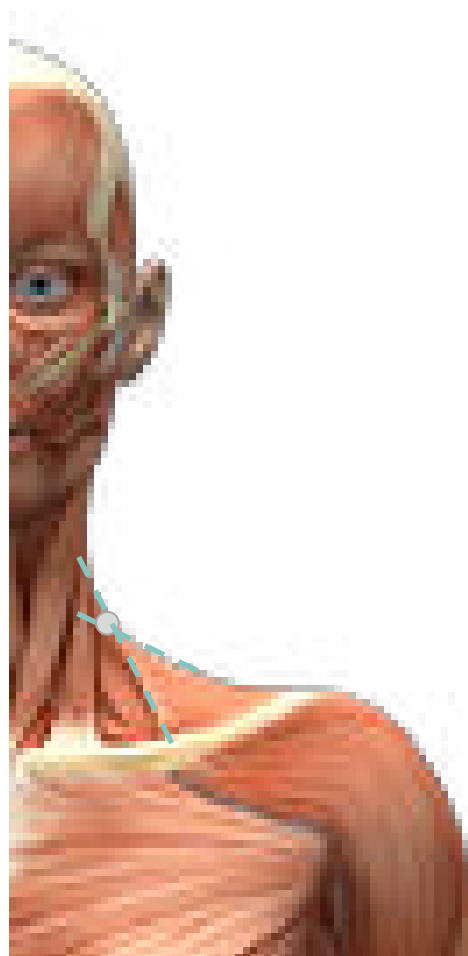
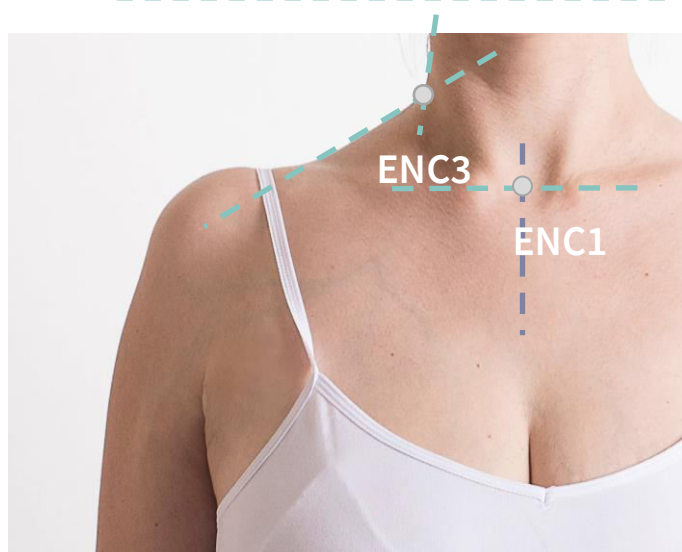


Base du cou (ENC1)

Le point se situe dans le creux du cou sur la ligne reliant les deux clavicules

Point d'encolure (ENC3)

Anatomiquement, le point se marque de dos, il se situe à l'intersection du muscle trapèze et du muscle sterno-cléido-mastodien



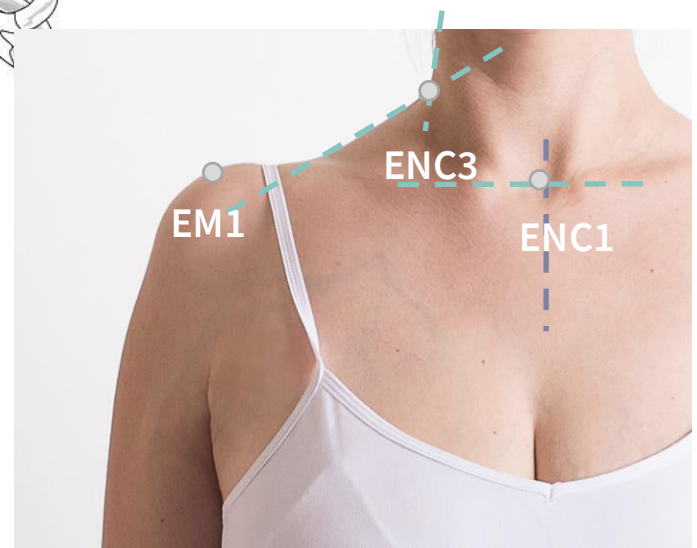
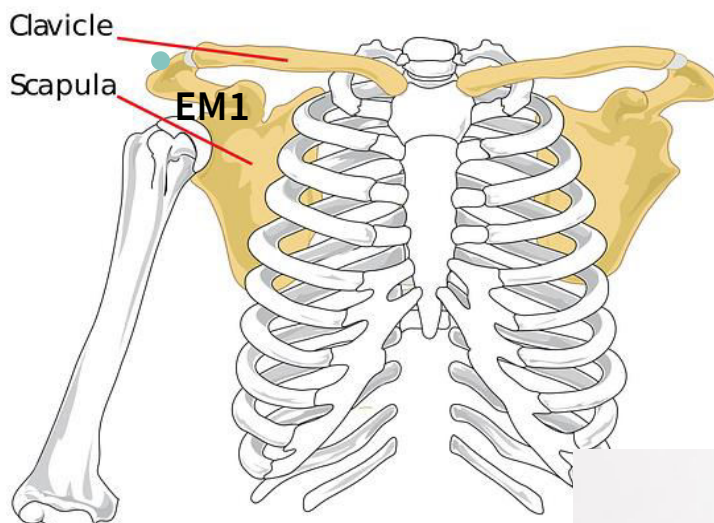
Repères Clé

Cou & encolure - DEVANT

Point de pente d'épaule (EM1)

Anatomiquement, le point se trouve sur l'extrémité de l'acromion

Au toucher, au niveau de la naissance de la courbe du bras, légèrement vers l'arrière, on sent un léger creux



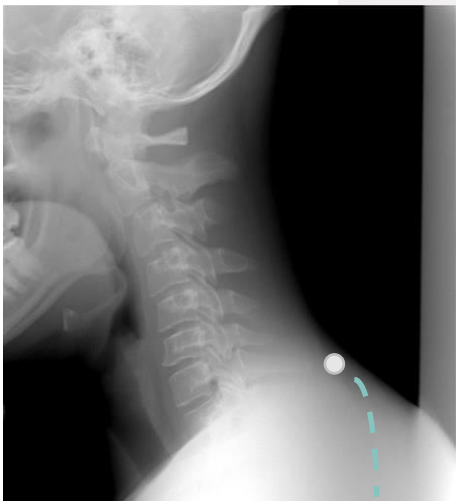
Repères Clé

Cou & encolure - DOS

Point d'encolure Dos (ENC4)

Anatomiquement, le point se situe sur la septième vertèbre cervicale

Au toucher, au niveau de la base des cervicales, on sent une légère excroissance



Repères Clé

Longueur sous le bras

Longueur sous le bras

Porter le soutien-gorge que vous envisagez de porter avec votre vêtement final

Le point se situe sur la ligne de côté (ligne frontale) qui sépare le devant de l'arrière du corps, sous le bras, à environ 1 cm au-dessus de la bordure du soutien-gorge



Repères Clé

POITRINE - Saillant

Point de saillant (S)

Anatomiquement, le point est représenté par la tétou

Nous vous conseillons d'insérer une perle dans votre soutien-gorge au moment de la prise de mesure afin de d'identifier clairement l'emplacement de votre tétou



Repères Clé

Ligne de taille – Devant & Dos

Ligne de taille

Elle se situe à environ 3cm au-dessus du nombril, à l'endroit où la taille semble le plus resserrée

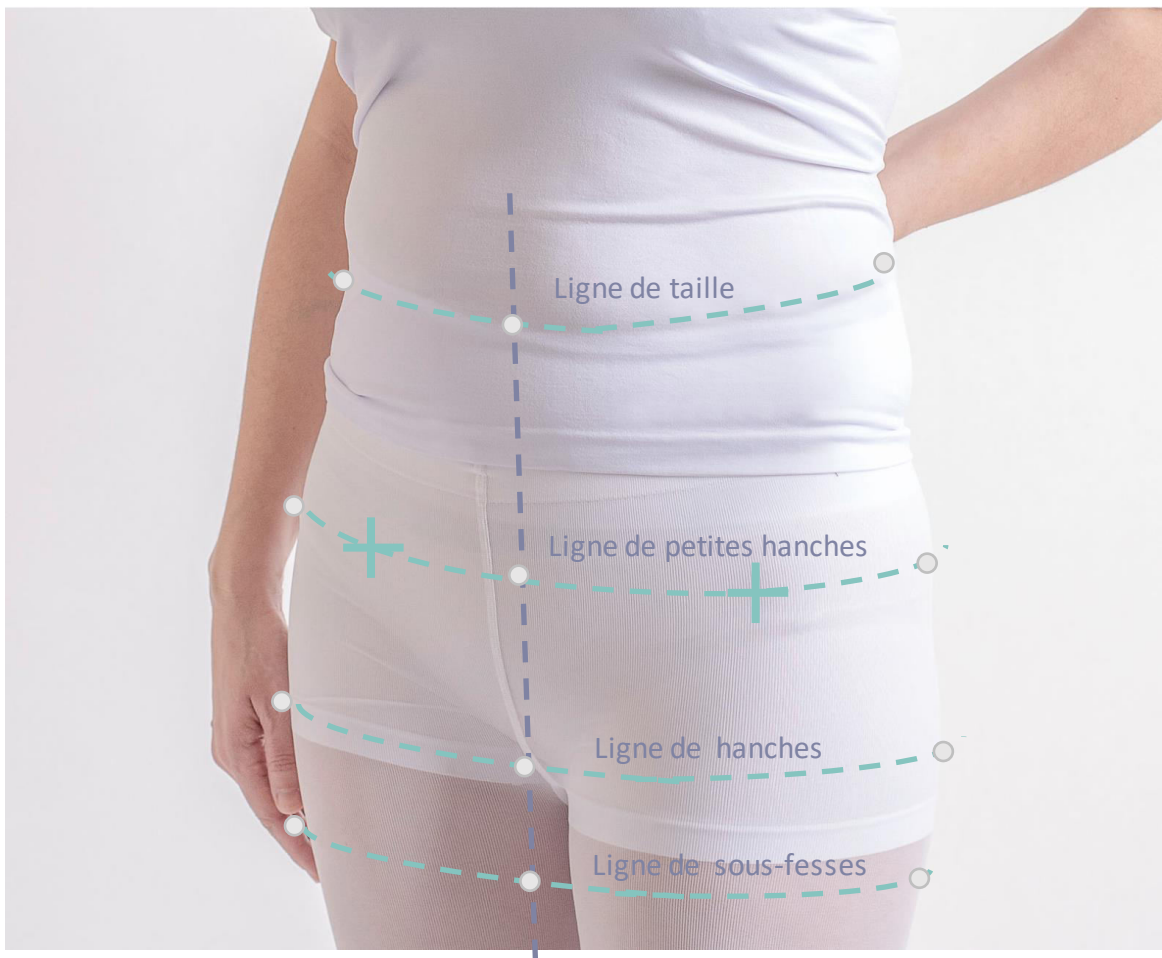
➤ Point central dos

C'est l'intersection entre la ligne de taille et le milieu dos

Ce point est utilisé pour réaliser les mesures Dos



Lignes du bas du corps - Devant



Les Lignes du bas du corps

- **Ligne de petites hanches** – Elle passe par les deux os saillants du bassin
- **Ligne de hanches** – C'est la ligne au plus fort des hanches et du fessier
- **Ligne de sous-fesses** – Elle se matérialise en passant sous le pli des fesses, comme son nom l'indique.

Lignes du bas du corps - Dos



Pose des bolducs

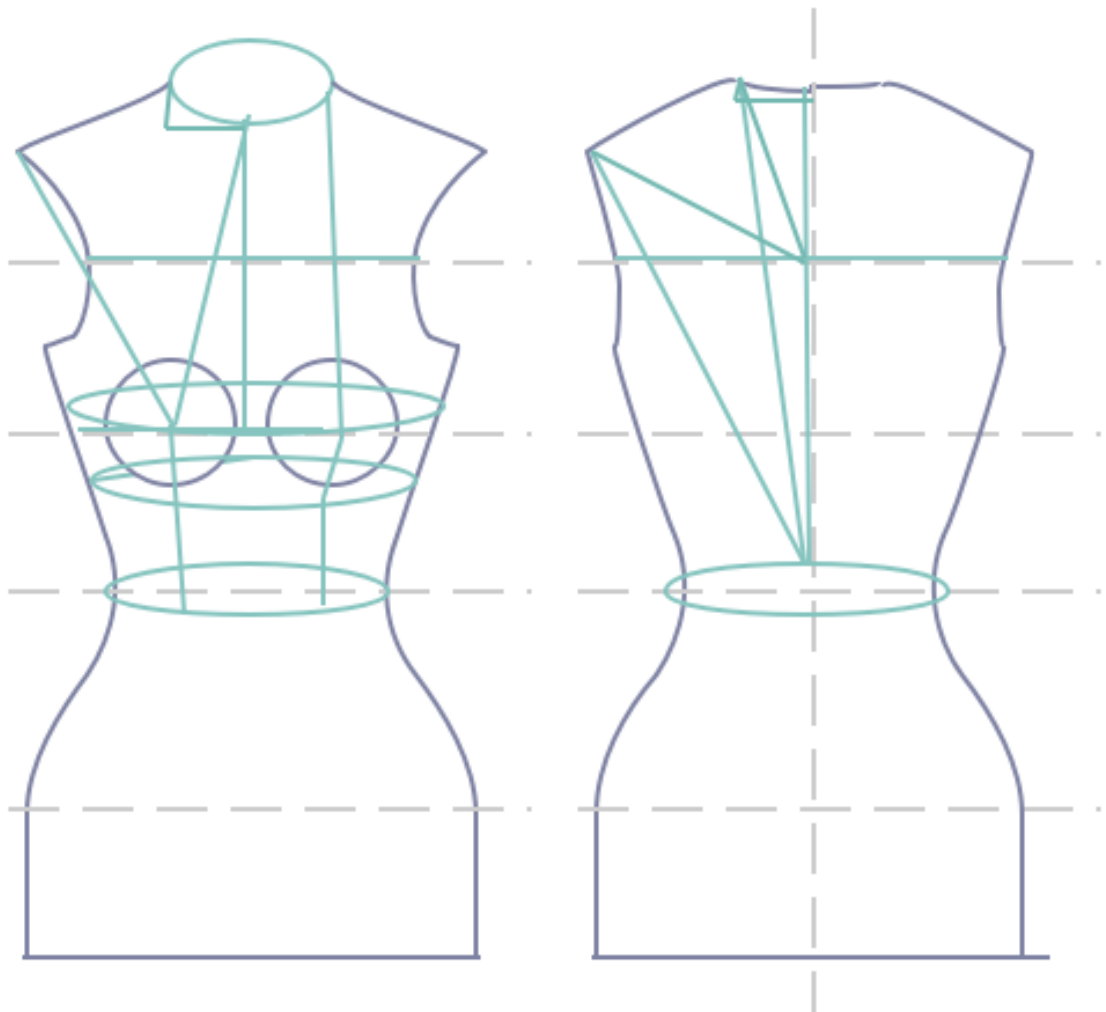
Les bolducs se posent en respectant le schéma ci-dessus

- Tour de taille
- Tour de petites hanches
- Tour de hanches
- Tour de sous-fesses

LA PRISE DE MESURES

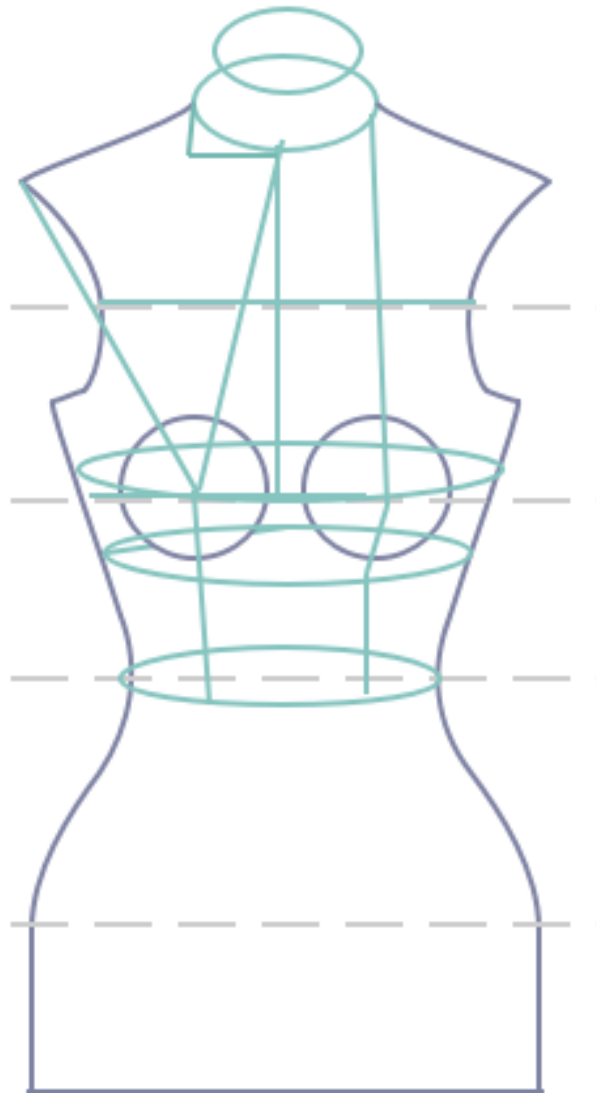
LA PRISE DE MESURES

Haut du corps

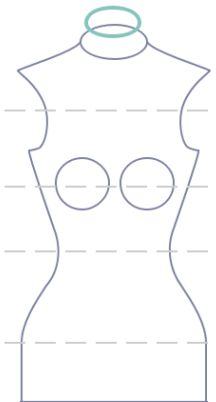


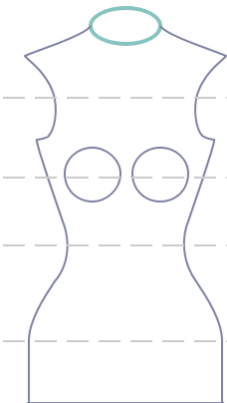
LA PRISE DE MESURES

Haut du corps - DEVANT

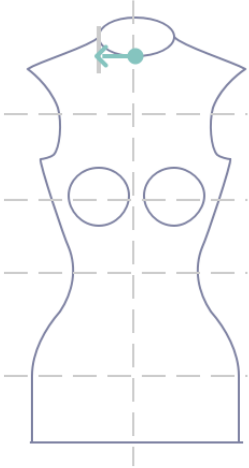
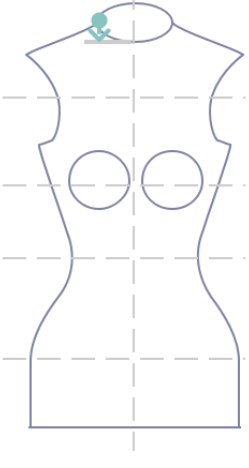


Encolure

Tour de cou		
	Code mesure	
	A	
	Votre mesure	

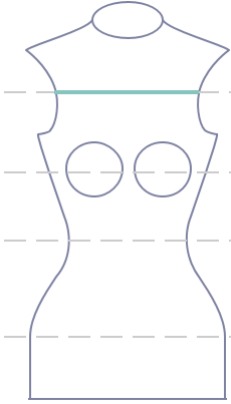
Tour d'encolure		
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">• Points nécessaires à la prise de mesures<ul style="list-style-type: none">✓ Point d'encolure (ENC3)✓ Point cervical dos (ENC4)✓ Point base du cou (ENC1)• La mesure passe par<ul style="list-style-type: none">✓ le point cervical dos (ENC4)✓ Les points d'encolure droite et gauche (ENC3)✓ La jonction s'établit au-dessus du creux du cou sur la ligne imaginaire du milieu devant (ENC1)
	B	
	Votre mesure	

Encolure devant

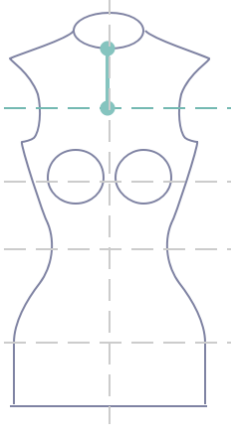
Largeur et profondeur d'encolure - devant		
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">• Points nécessaires à la prise de mesures<ul style="list-style-type: none">✓ Point d'encolure (ENC3)✓ Point base du cou (ENC1)• La mesure s'effectue<ul style="list-style-type: none">✓ Poser votre règle rigide en appui sur les clavicules de sorte que le repère de 10 cm apparaisse au niveau de ENC1✓ Avec le mètre ruban à 0, descendre perpendiculairement depuis ENC3 jusqu'au réglet✓ Relever la largeur figurant sur la règle (B2)✓ Relever la profondeur d'encolure figurant sur le mètre ruban (B3)
	B1	
	Votre mesure	
		
	B2	
	Votre mesure	

Carrure

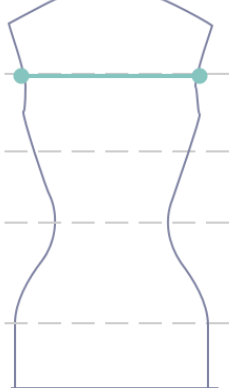
Carrure - Devant

	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">Mesure entre les deux points de naissance des aisselles
	C1	
	Votre mesure	

Base du cou / ligne de Carrure - Devant

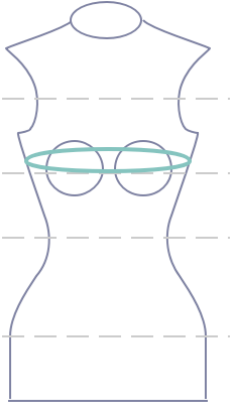
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">La mesure se entre<ul style="list-style-type: none">✓ Le point à la base du cou (ENC1)✓ Ligne de carrure /Milieu devant
	C2	
	Votre mesure	

Carrure - Dos

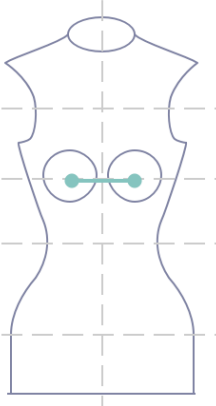
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">Mesure entre les deux points de naissance des aisselles
	C3	
	Votre mesure	

Mesures Poitrine & Saillants

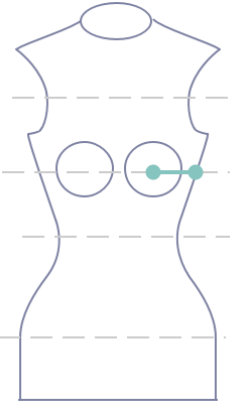
Tour de poitrine complet

	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> • Prendre un mesure bien parallèle au sol passant par les 2 saillants • Jonction de la mesure entre les 2 saillants sur le milieu devant
	D1	
	Votre mesure	

Ecart saillant

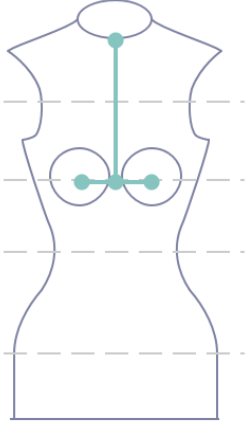
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> • Points nécessaires à la prise de mesures <ul style="list-style-type: none"> ✓ Point de pente d'épaule ✓ Saillant • La mesure se situe entre <ul style="list-style-type: none"> ✓ Les saillants de chaque côté
	D2	
	Votre mesure	

Saillant / côté

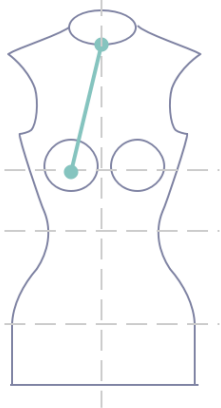
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> • Points nécessaires à la prise de mesures <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de poitrine ✓ Saillant • La mesure se situe entre <ul style="list-style-type: none"> ✓ Le saillant ✓ Le point d'encolure
	D3	
	Votre mesure	

Mesures Poitrine & Saillants

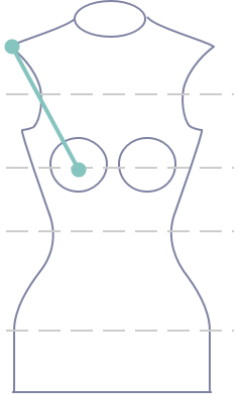
Milieu Saillant / Milieu Poitrine

	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> Points nécessaires à la prise de mesures <ul style="list-style-type: none"> ✓ Milieu Saillant La mesure se situe entre <ul style="list-style-type: none"> ✓ Le milieu saillant et le milieu poitrine Mettre une première règle rigide pour joindre les deux saillants, Perpendiculairement, insérer un réglet en butée sur le milieu poitrine et relever la mesure
	D4	
	Votre mesure	

Base du cou / Saillant

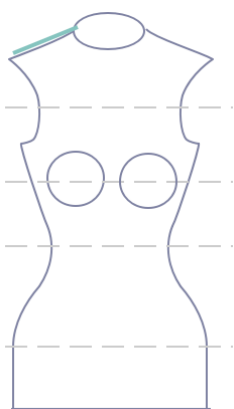
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> Points nécessaires à la prise de mesures <ul style="list-style-type: none"> ✓ Base du cou ✓ Saillant La mesure se situe entre <ul style="list-style-type: none"> ✓ Le saillant et la base du cou
	D5	
	Votre mesure	

Saillant / pente d'épaule

	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> Points nécessaires à la prise de mesures <ul style="list-style-type: none"> ✓ Point de pente d'épaule ✓ Saillant La mesure se situe entre <ul style="list-style-type: none"> ✓ Le point de pente d'épaule ✓ le saillant
	D6	
	Votre mesure	

Pente d'épaule

Longueur pente d'épaule



Code mesure

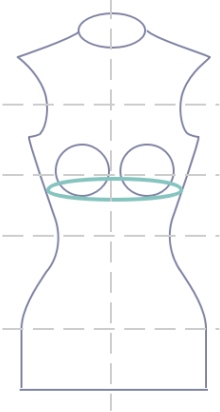
E

Votre mesure

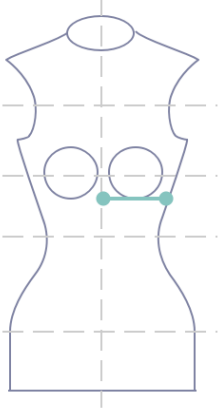
- Points nécessaires à la prise de mesures
 - ✓ Point d'encolure (ENC3)
 - ✓ Point de pente d'épaule (EM1)
- La mesure se situe entre
 - ✓ le point d'encolure (ENC3)
 - ✓ Le point de pente d'épaule (EM1)

Sous - poitrine

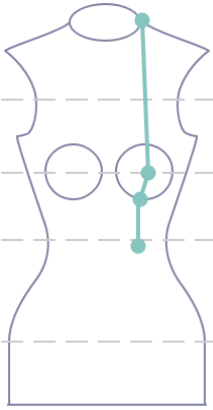
Tour complet

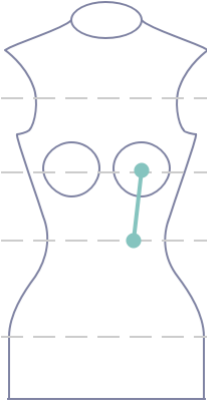
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">• Repère:<ul style="list-style-type: none">✓ Base du soutien – gorge• Jonction de la mesure sur la ligne milieu devant
	F1	
	Votre mesure	

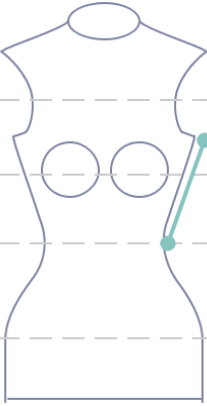
Mesure sous poitrine Devant

	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">• La mesure se situe sur la ligne de sous poitrine entre<ul style="list-style-type: none">✓ Le milieu devant✓ La ligne de côté
	F2	
	Votre mesure	

Verticales

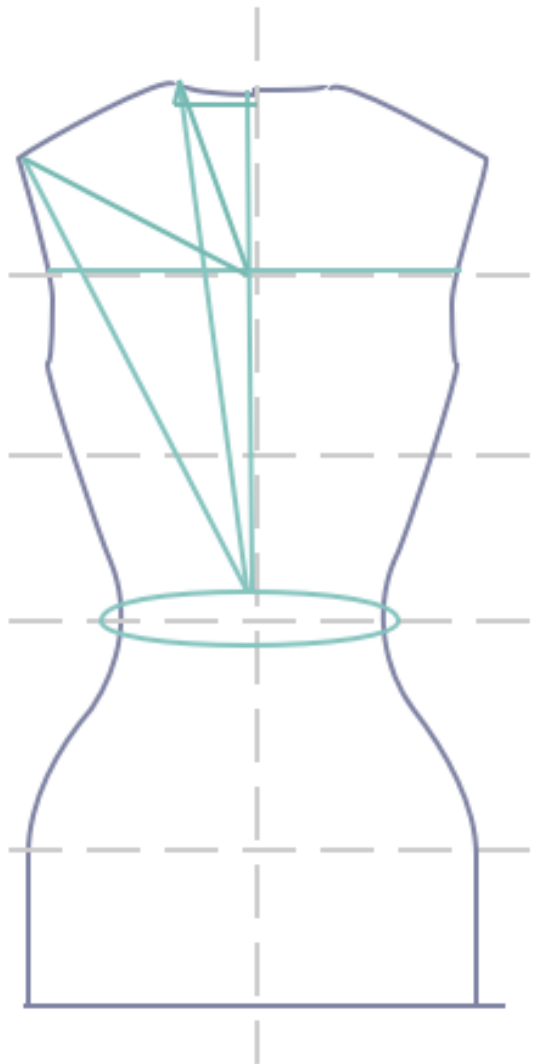
Point d'encolure / saillant / taille			
MM			
	Code mesure		<ul style="list-style-type: none"> Repère: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Point d'encolure ✓ Saillant ✓ Ligne de taille On part du point d'encolure, on joint le le saillant puis on rejoint la ligne de taille parallèlement à la ligne milieu devant
	G1	Votre mesure	
	G2	Votre mesure	
	G3	Votre mesure	

Saillant / Taille		
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> La mesure se trouve parallèle à la ligne milieu devant entre <ul style="list-style-type: none"> ✓ Le saillant ✓ Sur la ligne de taille
	G4	
	Votre mesure	

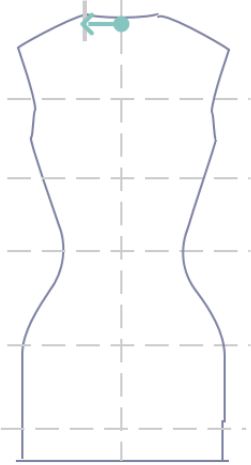
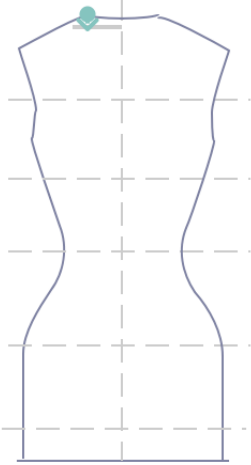
Mesure de côté		
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> Repères <ul style="list-style-type: none"> ✓ Longueur de côté La mesure se situe entre <ul style="list-style-type: none"> ✓ Le point de taille extérieur ✓ Le creux sous le bras
	H	
	Votre mesure	

LA PRISE DE MESURES

Haut du corps - DOS

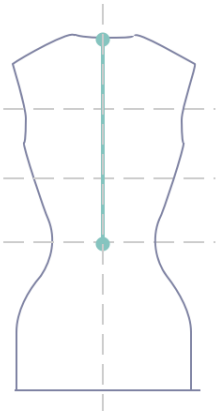


Encolure dos

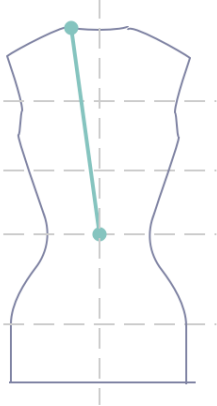
Largeur et profondeur d'encolure - dos		
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">Points nécessaires à la prise de mesures<ul style="list-style-type: none">✓ Point d'encolure (ENC3)✓ Point cervical (ENC4)La mesure s'effectue<ul style="list-style-type: none">✓ Poser votre réglet rigide en appui sur la 7^{ème} vertèbre de sorte que le repère de 10 cm apparaisse au niveau de ENC4✓ Avec le mètre ruban à 0, descendre perpendiculairement depuis ENC3 jusqu'au réglet✓ Relever la largeur figurant sur la règle (B4)✓ Relever la profondeur d'encolure figurant sur le mètre ruban (B5)
	B3	
	Votre mesure	
	B4	
	Votre mesure	

Mesures DOS

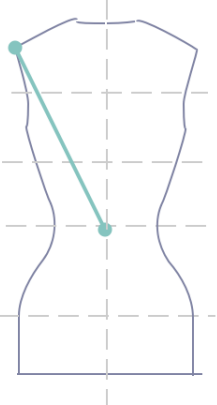
Taille / base du cou

	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">• La mesure se trouve la ligne milieu dos entre<ul style="list-style-type: none">✓ Le milieu taille✓ Base du cou (ENC1 - Dos)
	J1	
	Votre mesure	

Taille / point d'encolure

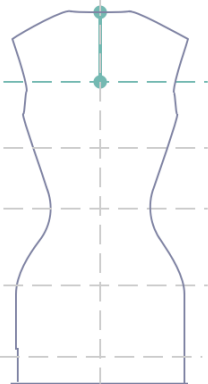
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">• La mesure se entre<ul style="list-style-type: none">✓ Le milieu taille✓ Le point d'encolure
	J2	
	Votre mesure	

Taille / Point d'emmanchure

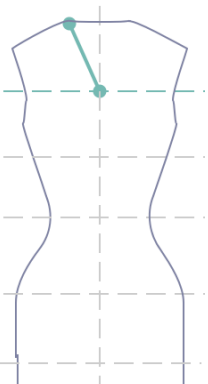
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">• Repères<ul style="list-style-type: none">✓ Point d'emmanchure• La mesure se situe entre<ul style="list-style-type: none">✓ Le milieu taille✓ Le point d'emmanchure
	J3	
	Votre mesure	

Mesures DOS

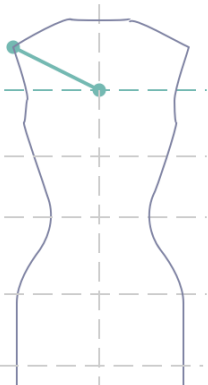
Ligne de carrure / base du cou

	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> La mesure se trouve la ligne milieu dos entre <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de carrure / Milieu dos ✓ Base du cou (ENC4- Dos)
	J4	
	Votre mesure	

Ligne de carrure / point d'encolure

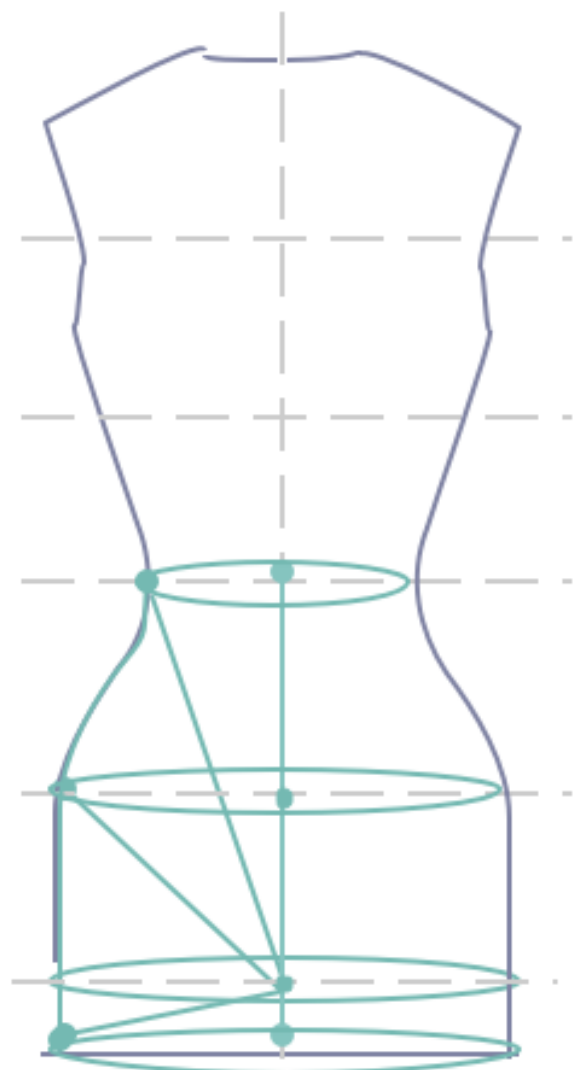
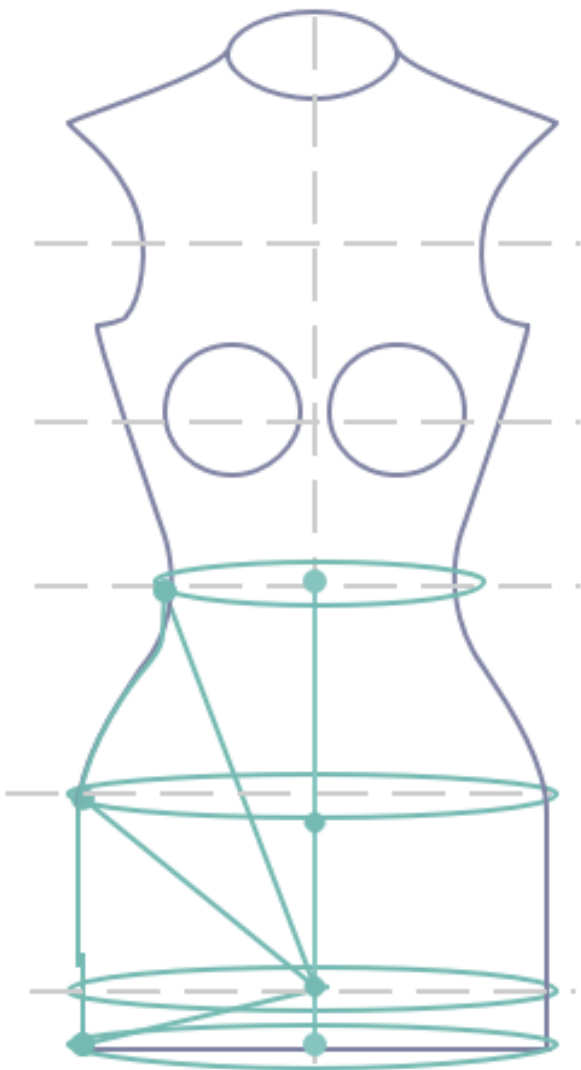
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> La mesure se entre <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de carrure / Milieu dos ✓ Le point d'encolure (ENC3)
	J5	
	Votre mesure	

Ligne de carrure / Point d' emmanchure

	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> Repères <ul style="list-style-type: none"> ✓ Point d'emmanchure (EM1) La mesure se situe entre <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de carrure / Milieu dos ✓ Le point d'emmanchure (EM1)
	J6	
	Votre mesure	

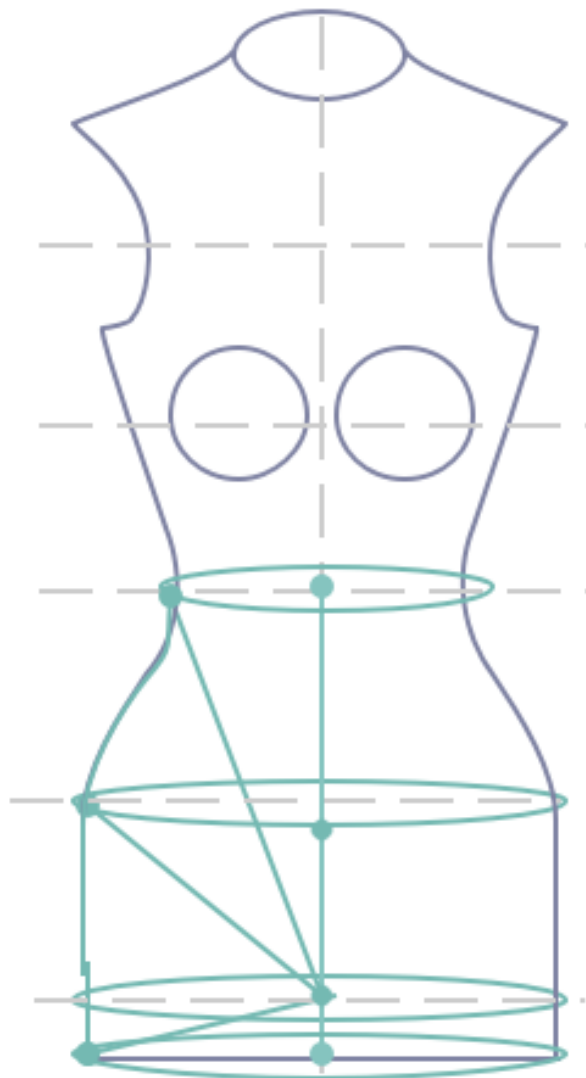
LA PRISE DE MESURES

Bas du corps

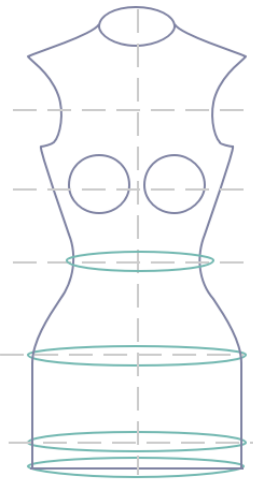


LA PRISE DE MESURES

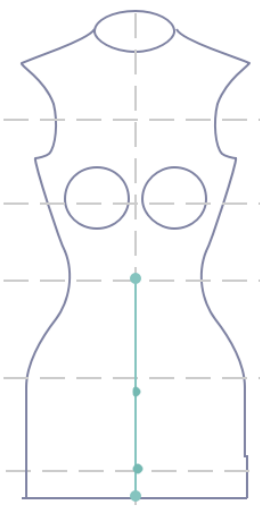
Bas du corps - DEVANT

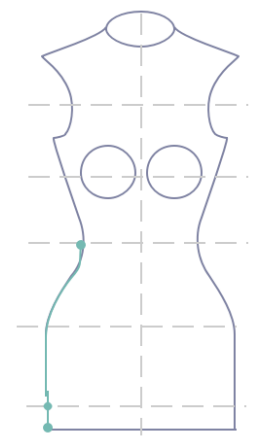


Tours Devant

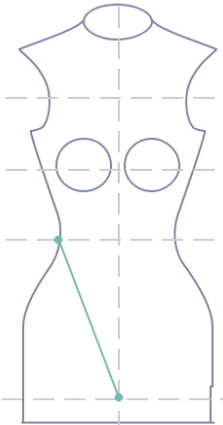
MM		Lignes horizontales	
	Code mesure		<ul style="list-style-type: none"> Repère: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de taille ✓ Ligne de petites hanches ✓ Ligne de hanches ✓ Ligne de sous-fesses Pour chacune des ligne <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de taille (K1) ✓ Ligne de petites hanches (K2) ✓ Ligne de hanche (K3) ✓ Ligne de petites hanches (K4)
	K1	Votre mesure	
	K2	Votre mesure	
	K3	Votre mesure	
	K4	Votre mesure	

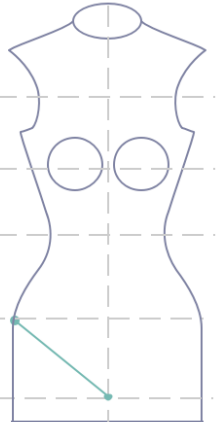
Verticales Devant / Côté

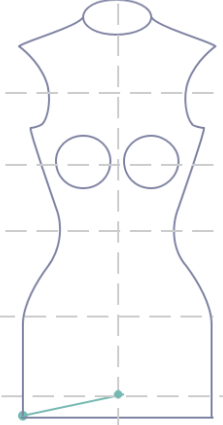
MM Point milieu taille / ML petites hanches / hanches/ sous-fesse			
	Code mesure		<ul style="list-style-type: none"> Repère: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de taille ✓ Ligne de petites hanches ✓ Ligne de hanche ✓ Ligne de sous-fesses Sur la ligne du milieu devant, à partir du milieu taille relever la hauteur <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de taille / Ligne de petites hanches (L2) ✓ Ligne de petites hanches / Ligne de hanche (L3) ✓ Ligne de hanches / Ligne de sous-fesses (L4)
	L1	Votre mesure	
	L2	Votre mesure	
	L3	Votre mesure	

MM Longueur côté			
	Code mesure		<ul style="list-style-type: none"> Repère: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de taille ✓ Ligne de hanche ✓ Ligne de sous-fesses Sur la ligne de côté, à partir du côté taille relever la hauteur <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de taille / Ligne de hanches (M1) ✓ Ligne de hanches / Ligne de sous-fesses (M2)
	M1	Votre mesure	
	M2	Votre mesure	

Mesures – Milieu devant ligne de hanches DEVANT

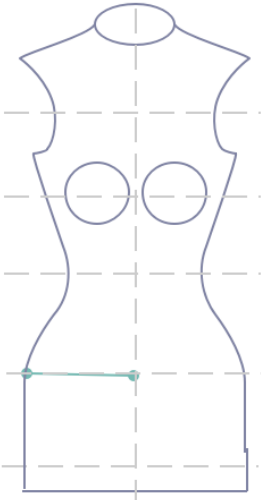
ML devant hanche / taille extérieure		
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">• La mesure part de la ligne milieu devant entre<ul style="list-style-type: none">✓ Le milieu hanche✓ Point de taille extérieur sur la ligne de taille
	N1	
	Votre mesure	

ML devant hanche / Petite hanche extérieure		
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">• La mesure part de la ligne milieu devant entre<ul style="list-style-type: none">✓ Le milieu hanche✓ Le point de petites hanches extérieur
	N2	
	Votre mesure	

ML Devant hanche / sous-fesses extérieure		
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">• La mesure part de la ligne milieu devant entre<ul style="list-style-type: none">✓ Le milieu hanche✓ Le point de sous fesse extérieur
	N3	
	Votre mesure	

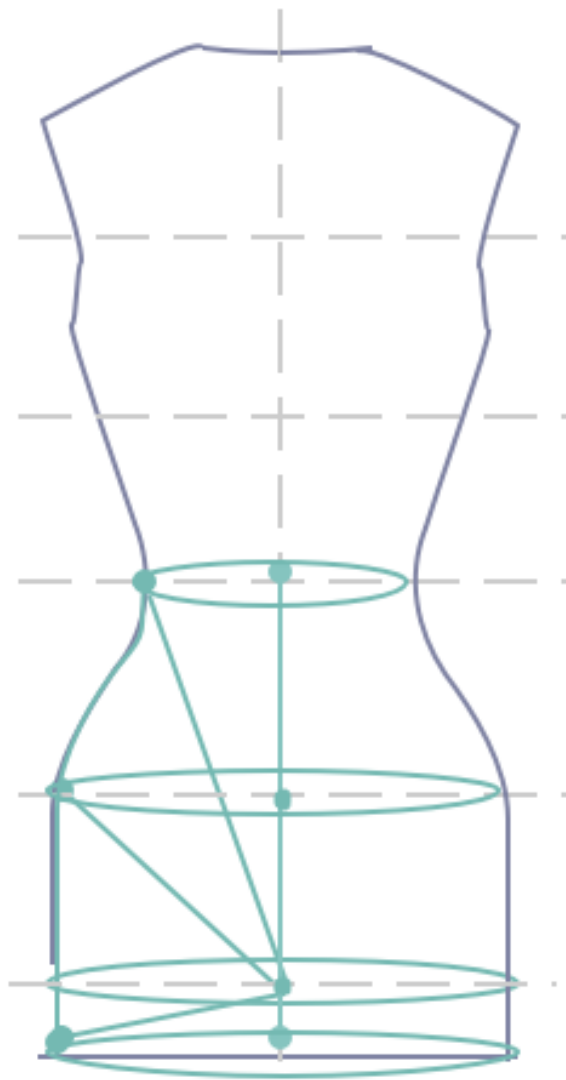
34

Mesures – Milieu devant ligne de hanches DEVANT

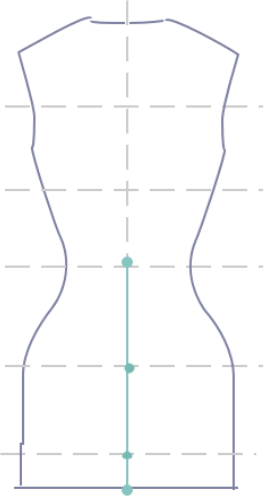
Ligne de petites hanches – Milieu devant / côté		
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">La mesure se prend sur le demi-corps devant , sur la ligne de petites hanches<ul style="list-style-type: none">✓ Le milieu petite-hanche✓ Côté de la ligne petite-hanches
	N4	
	Votre mesure	

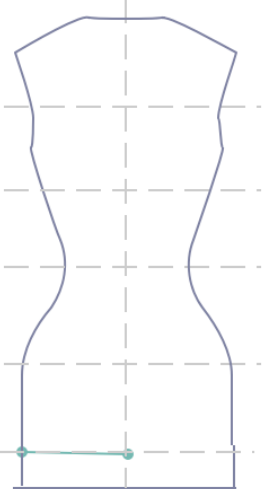
LA PRISE DE MESURES

Bas du corps - DOS



Verticales Dos / Côté

MM	Point milieu taille / ML petites hanches / hanches/ sous-fesse		
	Code mesure		<ul style="list-style-type: none"> Repère: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de taille ✓ Ligne de petites hanches ✓ Ligne de hanche ✓ Ligne de sous-fesses Sur la ligne du milieu devant, à partir du milieu taille relever la hauteur <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ligne de taille / Ligne de petites hanches ✓ Ligne de petites hanches /Ligne de hanche ✓ Ligne de hanches / Ligne de sous-fesses
	O1	Votre mesure	
	O2	Votre mesure	
	O3	Votre mesure	

Ligne de hanches - ML Dos / côté		
	Code mesure	<ul style="list-style-type: none"> La mesure part de la ligne milieu devant entre <ul style="list-style-type: none"> ✓ Le milieu hanches ✓ Point de hanches extérieur sur la ligne de taille
	P	
	Votre mesure	

Mesures DOS - centre ligne de hanches

ML devant hanche / taille extérieure

	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">La mesure part de la ligne milieu devant entre<ul style="list-style-type: none">✓ Le milieu hanche✓ Point de taille extérieur sur la ligne de taille
	Q1	
	Votre mesure	

ML devant hanche / Petite hanche extérieure

	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">La mesure part de la ligne milieu devant entre<ul style="list-style-type: none">✓ Le milieu hanche✓ Le point de petites hanches extérieur
	Q2	
	Votre mesure	

ML Devant hanche / sous-fesses extérieure

	Code mesure	<ul style="list-style-type: none">La mesure part de la ligne milieu devant entre<ul style="list-style-type: none">✓ Le milieu hanche✓ Le point de sous fesse extérieur
	Q3	
	Votre mesure	

RECAPITULATIF
DES MESURES

HAUT
DU CORPS

LES MESURES DU HAUT DU CORPS		Mesure
DEVANT - Haut du corps		
A	Tour de cou	
B	Tour d'encolure	
B1	Largeur d'encolure devant	
B2	Profondeur d'encolure devant	
C1	Carrure Devant	
C2	Base du cou / ligne de Carrure	
C3	Carrure Dos	
D1	Tour de poitrine complet	
D2	Ecart saillants	
D3	Saillant /côté	
D4	Milieu saillant / Milieu Poitrine	
D5	Base du cou / saillant	
D6	Saillant / pente d'épaule	
E	Pente d'épaule	
F1	Tour complet sous-poitrine	
F2	Mesure sous-poitrine Devant	
G1	Point d'encollure (ENC3) / Saillant	
G2	Saillant / Sous-poitrine	
G3	sous-poitrine / taille	
G4	saillant / taille	
H	Longueur côté	
DOS - Haut du corps		
B3	Largeur d'encolure dos	
B4	Profondeur d'encolure dos	
J1	Base du cou (ENC4) / Milieu Taille dos	
J2	Point d'encolure (ENC3) / Milieu taille dos	
J3	Point d'emmanchue EM1 / Milieu taille dos	
J4	Base du cou (ENC4) / Milieu Carrure dos	
J5	Point d'encolure (ENC3) / Milieu Carrure dos	
J6	Point d'emmanchue EM1 / Milieu Carrure dos	

RECAPITULATIF DES MESURES

BAS DU CORPS

LES MESURES DU BAS DU CORPS		Mesure
DEVANT - Bas du corps		
K1	Tour de taille complet	
K2	Tour de petites hanches complet	
K3	Tour de hanches complet	
K4	Tour de sous-fesses complet	
L1	Milieu devant taille / Milieu devant petites hanches	
L2	Milieu devant petites hanches / ML devant Hanches	
L3	ML devant hanches / ML devant sous fesses	
M1	Ligne de côté taille / hanche	
M2	Ligne de côté taille / sous-fesses	
N1	ML devant hanches / Taille ext côté	
N2	ML devant hanches / Petites hanches ext côté	
N3	ML devant hanches / Sous-fesses extérieur côté	
N4	ML devant petites hanches / petites hanches extérieur côté	
DOS - Bas du corps		
O1	Milieu devantnt taille / Milieu dos petites hanches	
O2	Milieu dos petites hanches / ML dos Hanches	
O3	ML dos hanches / ML dos sous fesses	
P	ML dos hanches / hanches extérieur côté	
Q1	ML dos hanches / Taille ext côté	
Q2	ML dos hanches / Petites hanches ext côté	
Q3	ML dos hanches / Sous fesses extérieur côté	