

MIESTEN TAULUKKO	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64		66	68	70	72	74	76	78
PITUUTENI CM																			
	"Pienet"			"Standartimittaiset"					"Isot"				"ISOT POJAT"						
Rinnan ympärys	88	92	96	100	104	108	112	116	120	124	128		132	136	140	144	148	152	156
Vyötärön ympärys	76	80	84	88	92	97	102	108	114	120	126		132	138	144	150	156	162	168
Lantion ympärys	92	96	100	104	108	112	116	120	124	128	132		136	140	144	148	152	156	160
1/2 Selän leveys	19,5	20	20,5	21	21,5	22	22,5	23	23,5	24	24,5		25	25,5	26	26,5	27	27,5	28
Selän pituus	43	44	45	46	47	47,5	48	48,5	49	49,5	50		50,5	51	51,5	52	52,5	53	53,5
Kaulan ympärys	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47		48	49	50	51	52	53	54
Olkapään pituus	15,1	15,4	15,7	16	16,3	16,6	16,9	17,2	17,5	17,8	18,1		18,8	19,1	19,8	20,1	20,8	21,1	21,8
Käden ja olkapään pit.	75	76	77	78	79	80	81	82	83	83	83		83	83	83	83	83	83	83
Housun sivun pituus *	102	104	106	108	110	112	114	115	116	117	118		118	118	118	118	118	118	118
Housun sisäpituus *	78	79	80	81	82	83	84	84,5	85	85,5	86		85	84	83	82	81	80	79
Istumapituus	24	25	26	27	28	29	30	30,5	31	31,5	32		33	34	35	36	37	38	39

Housun sivun pituus \* Mitataan vyötärölinjalta lattialle (sukkasillaan)

Housun sisäpituus \* Mitataan lattialta haaralle

## Taululon täyttömalli

Merkitse ruudukolla lähin mittaasi vastaava luku mittataulukolta

Esim. Pituuteni 185

Rintani ympärys 143

Neliöi taulukolla 144

Merkitse pituutesi sille linjalle

mihin rinnan ymärysmittasikin sijoittuu mittataulukossa

Tutustu huolellisesti ohjeisiin ja mittataulukkoon

Osallistut mitoitustutkimukseen jolla pyrimme löytämään marginaaliryhmiin kuuluville henkilöille räätälöidyn yhtenäisen ja ohjeellisen mitoitustaulukon

Käytä piirrosmallia ohjeisena apuna mitattaessasi kehosi kiinteitä mittoja

Merkitse kehosi tarkat kiinteät mitat mittalaatikoihin

Etsi ja merkitse taulukolta lähin vastaava mitta ja kehikoi se mallin mukaan

M	Rinnan ympärys	7	
i	Vyötärön ympärys	8	
t	Lantion ympärys	10	
t			
a	Selän leveys	3	
a	Selän pituus	1	
l	Käden ympärys	11	
a			
a	Kyynnärpään ympärys	12	
t	Ranteen ympärys	13	
i	Olkapään pituus	4	
kko	Käden ja olan pituus	4 - 5	

Housun sivun pituus *	21	
Housun sisäpituus haaralle		
Istumapituus	22	
Reiden ympärys		
Polvitaive	23	
Polven alta	24	
Pohje	25	
Nilkka	26	
Kengän numeroni		