

# Meetinstructie Heren

**SOM**  
SHIRTS OP MAAT.NL

## Stap 1. Nek (rondom)

- ▶ De nek dient opgemeten te worden rondom de nek.
- ▶ Plaats 2 vingers tussen de meetlint en de nek.
- ▶ Trek de meetlint niet strak aan.
- ▶ Op de voorbeeldfoto is de nekmaat 37 cm.
- ▶ Mijn maat



## Stap 2. Borstwijdte c.q. borstomvang

- ▶ De borstomvang wordt genomen vanaf het breedste punt.
- ▶ Neem een ontspannen staande houding aan.
- ▶ Trek het meetlint niet te strak.
- ▶ Op de voorbeeldfoto is de borstomvang 91 cm.
- ▶ Mijn maat

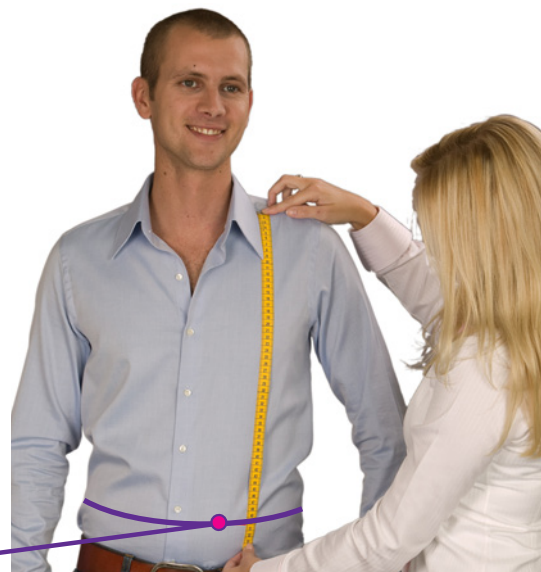


### Stap 3.

#### Taille c.q. buikwijdte

- ▶ De omvang van de taille dient rondom de taille opgemeten te worden net boven de navel.
- ▶ Neem een ontspannen staande houding aan.
- ▶ Trek de meetlint niet strak aan.
- ▶ Op de voorbeeldfoto is aangegeven waar de taille opgemeten dient te worden.

▶ Mijn maat



### Stap 4.

#### Heupwijdte c.q. heupomvang

- ▶ De heupomvang dient opgemeten te worden vanaf het breedste punt.
- ▶ Neem een ontspannen staande houding aan.
- ▶ Trek het meetlint niet te strak.
- ▶ Voor een korter shirt wordt de omvang gemeten op het punt tot waar het shirt dient te komen.
- ▶ Op de voorbeeldfoto is de heupomvang 101 cm.

▶ Mijn maat



## Stap 5. Schouderbreedte

- ▶ De schouder dient opgemeten te worden tussen de twee punten waar de arm de schouder ontmoet.
- ▶ Neem een ontspannen staande houding aan.
- ▶ Met behulp van een lat wordt het punt bepaald waar de arm de schouder ontmoet. Zie stap 1 en 2.
- ▶ Op de voorbeeldfoto is de schouderbreedte 42 cm.
- ▶ Mijn maat



stap 1



stap 2



## Stap 6. Armlengte

- ▶ De arm dient opgemeten te worden vanaf precies hetzelfde punt uit stap 5 schouderbreedte.
- ▶ Plaats de hand in de zij in een hoek van ongeveer 90 graden.
- ▶ Neem een ontspannen houding aan.
- ▶ Meet naar het punt bij de pols zolang het shirt dient te worden. Zorg dat het meetlint goed langs de gebogen arm blijft tijdens het meten.
- ▶ Op de voorbeeldfoto is de armlengte 69 cm.
- ▶ Mijn maat



## Stap 7. Oksel

- ▶ De omtrek van de oksel wordt gemeten door het meetlint over de schouder en onder de oksel door te halen.
- ▶ Plaats de hand in de zij in een hoek van ongeveer 90 graden.
- ▶ Neem een ontspannen houding aan.
- ▶ Het meetlint dient strak getrokken te worden.
- ▶ Op de voorbeeldfoto is de omtrek van de oksel 49 cm.
- ▶ Mijn maat



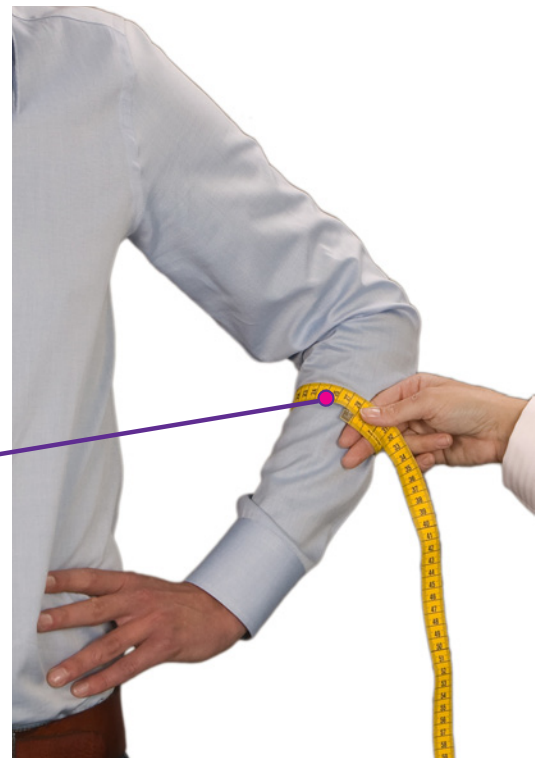
## Stap 8. Biceps

- ▶ De biceps (bovenarm) dient rondom het breedste punt opgemeten te worden.
- ▶ Trek het meetlint niet te strak.
- ▶ Op de voorbeeldfoto is de bicepsomtrek 29 cm.
- ▶ Mijn maat



## Stap 9. Onderarm

- ▶ De onderarm dient rondom het breedste punt opgemeten te worden.
- ▶ Trek het meetlint niet te strak.
- ▶ Op de voorbeeldfoto is de omtrek 27 cm.
- ▶ Mijn maat



## Stap 10. Pols

- ▶ De pols dient rondom opgemeten te worden.
- ▶ Plaats 1 à 2 vingers tussen het meetlint en de pols.
- ▶ Op de voorbeeldfoto is de pols maat 19 cm.
- ▶ Mijn maat



- ▶ Bij het dragen van een horloge wordt gemeten met horloge om.
- ▶ Maat linker pols
- ▶ Maat rechter pols



## Stap 11.

### Shirt lengte achterzijde

- ▶ De lengte wordt bepaald door te meten vanaf onderkant kraag tot de gewenste lengte.
- ▶ Bij het dragen van het shirt in de broek is het raadzaam te meten tot onder de heupen.
- ▶ Neem een ontspannen staande houding aan.
- ▶ Op de voorbeeldfoto is de lengte 74 cm.
- ▶ Mijn maat

