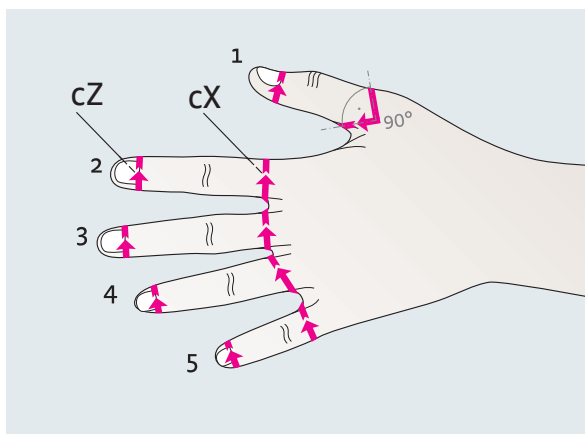
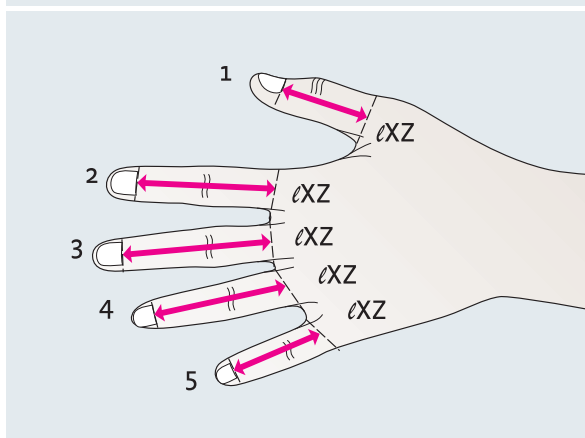


# Mesure de la main et des doigts



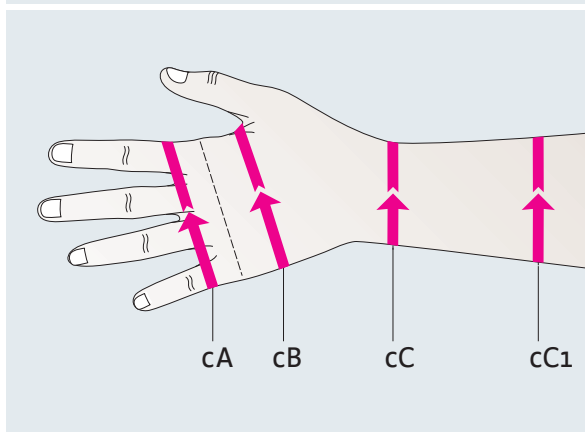
## 1. Circonférence du pied

- La main repose légèrement sur le support, le dos de la main est pointé vers le haut.
- Mesurer les circonférences cX à la membrane interdigitale de chaque doigt.
- Mesurer les circonférences cZ au début du lit de l'ongle de chaque doigt.
- Marquer les points de mesure pour mesurer ensuite les longueurs.



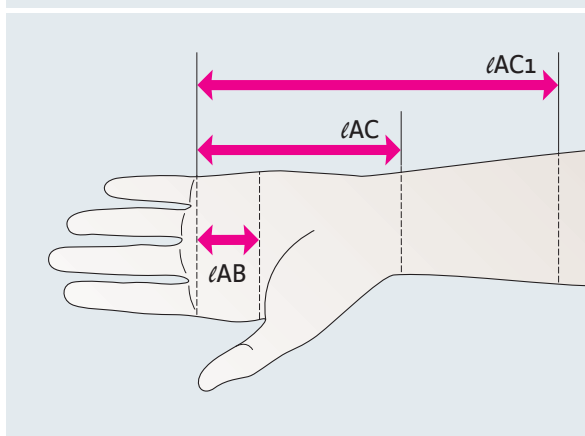
## 2. Longueur des doigts

- La main repose sur le support, le dos de la main est pointé vers le haut.
- Les mesures de la longueur sont prises à partir de la membrane interdigitale jusqu'au repère marqué (voir Circonférence des doigts, Fig. 1).



## 3. Circonférence de la main

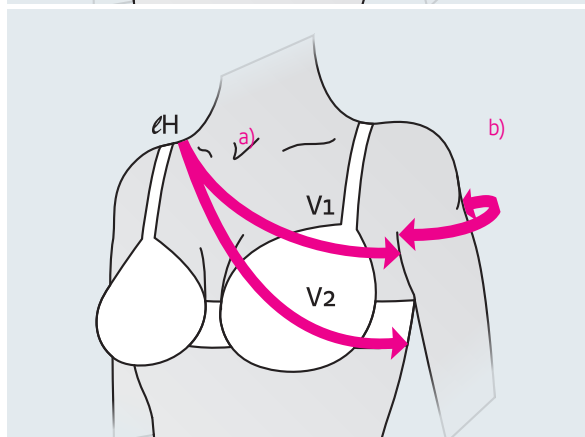
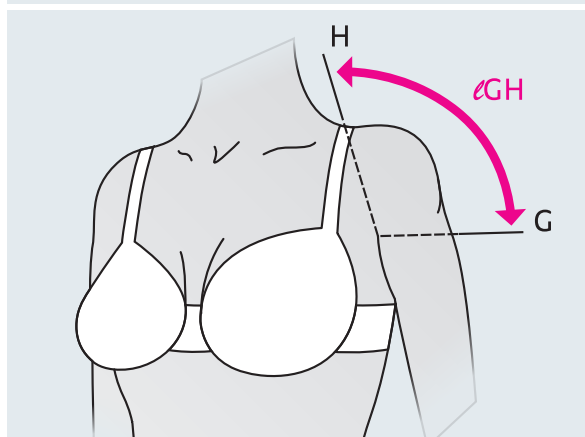
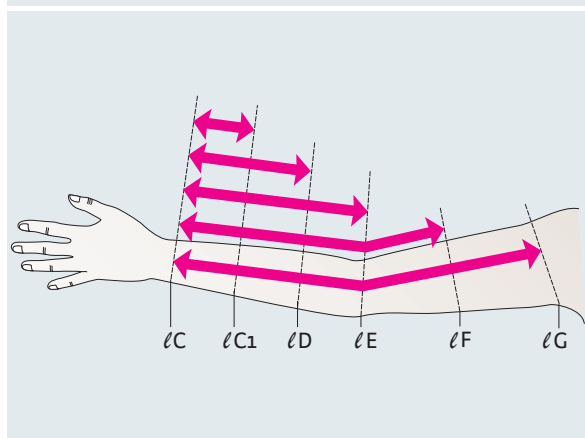
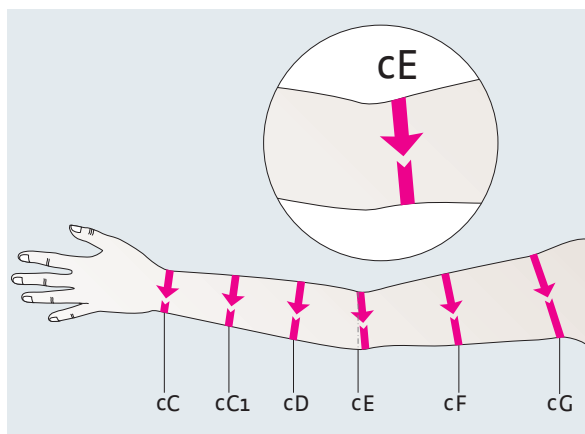
- La main repose légèrement sur le support et le dos de la main est tourné vers le haut.
- Prendre les mesures des circonférences indiquées sur le schéma.
- Marquer les points de mesure pour mesurer ensuite les longueurs à l'intérieur de la main.



## 4. Circonférence de la main

- La main repose sur le support, la paume est tournée vers le haut.
- Les mesures de la longueur sont prises d'un repère à l'autre (voir Circonférence de la main, Fig. 3).

## Mesures du bras



### 5. Circonférence du bras

- La main et l'avant-bras reposent légèrement sur le support.
- Prendre les dimensions circonférentielles selon les points de mesure définis.
- Marquer les points de mesure pour mesurer ensuite les longueurs à l'intérieur du bras.

### 6. Longueur du bras

- La main et l'avant-bras sont détendus sur une surface, le bras est en position étendue.
- Mesurer les longueurs de lC à lC1, lC à lD, etc. jusqu'à lG sur la ligne en partant du poignet médial (jonction des articulations métacarpo-phalangiennes du pouce) et en passant par le pli du coude jusqu'au pli antérieur de l'aisselle, de repère en repère (voir Circonférence du bras, Fig. 5).

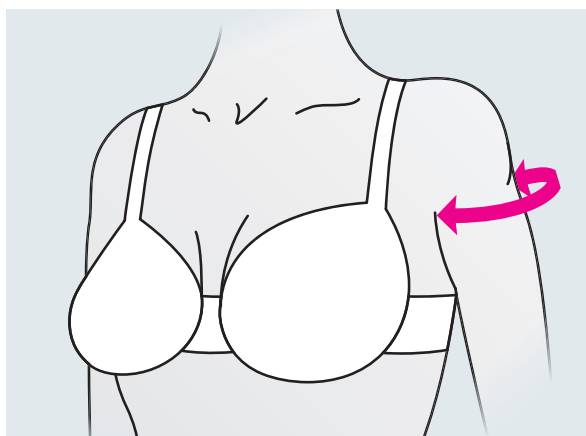
### 7. Longueur de l'épaule (Longueur IGH)

Déterminer la longueur IGH sur le côté extérieur du bras. Placer le mètre-ruban entre les plis axillaires antérieur et postérieur et mesurer directement jusqu'au point de mesure H. Le point de mesure H se situe au milieu entre l'acromion et la clavicule, au niveau de la bretelle du soutien-gorge.

### 8. Fixation

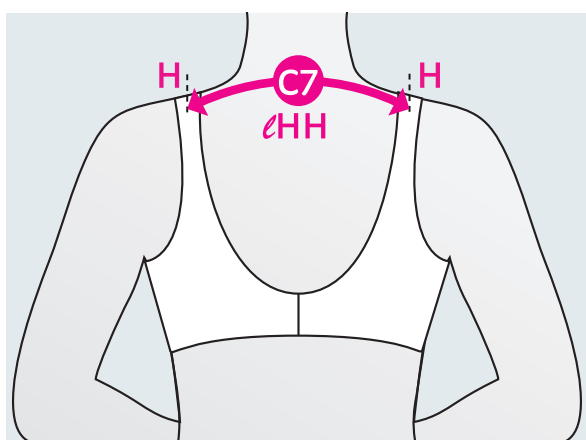
- Bandoulière**  
Mesurer la longueur de la bandoulière circulairement selon la variante 1 ou 2.
- Protège-épaules**  
Pour les protège-épaules anatomiques, préciser la longueur depuis le pli de l'aisselle antérieur jusqu'au pli de l'aisselle postérieur.

## Prendre les mesures pour un boléro



### Circonférence cG semi-circulaire (protège-épaule anatomique)

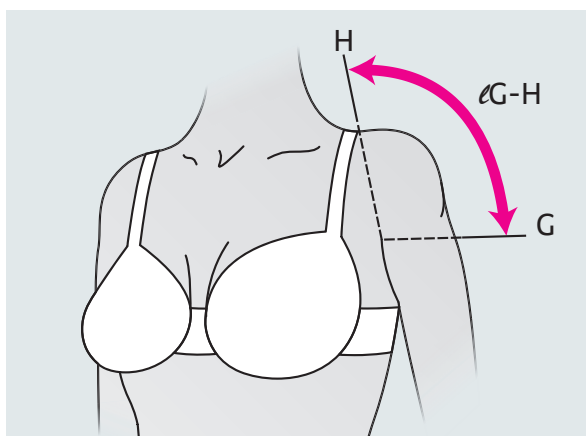
Pour le protège-épaule anatomique, déterminer la circonférence cG semi-circulaire à l'extérieur du bras. Placer le mètre-ruban au niveau du pli de l'aisselle antérieur et mesurer la distance jusqu'au pli de l'aisselle postérieur.



### Longueur IHH

Déterminer la longueur dorsale IHH (dos) à l'arrière des épaules. Placer le mètre-ruban au niveau du point de mesure H et mesurer le long du contour du corps au dessus de la septième vertèbre cervicale (C7) jusqu'au niveau du point de mesure H du côté opposé.

**Veillez noter que : pour déterminer la longueur IHH, il est important que le torse soit redressé et que les épaules soient bien droites.**



### Longueur IGH

Déterminer la longueur IGH sur le côté extérieur du bras. Placer le mètre-ruban entre les plis axillaires antérieur et postérieur et mesurer directement jusqu'au point de mesure H. Le point de mesure H se situe au milieu entre l'acromion et la clavicule, au niveau de la bretelle du soutien-gorge.