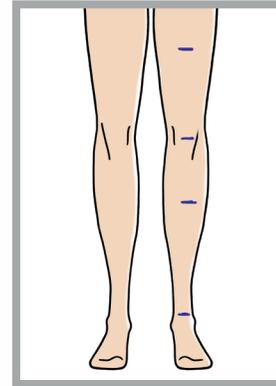


MASSANLEITUNG

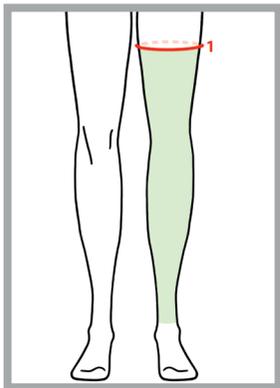
für BODYGUIDE® Bein-Sleeve

Alle Maße sollten glatt am Körper, also nicht zu stramm und nicht zu locker gemessen werden. Um genaue Längenmaße zu erhalten, ist es sinnvoll bei allen Umfangsmaßen eine kleine Linie mit einem abwaschbaren, hautfreundlichen Stift auf dem Körper zu markieren.

Die Umfangsmaße sind auf den Maßblättern und in der Anleitung **rot** markiert, die Längenmaße **türkis**. Alle **dunkelblau** markierten Positionen sind Hilfslinien.

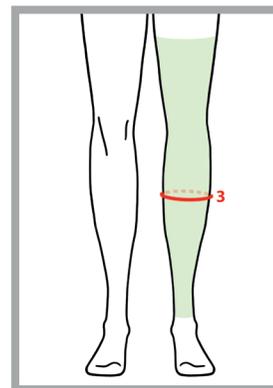


Als erstes sollte die Gesamtlänge des Beinsleeves festgelegt werden und auf dem Bein markiert werden. Danach werden alle dazwischen liegenden, benötigten Umfangsmaße ermittelt und ebenfalls markiert. Liegt ein Umfangsmaß des Maßblattes außerhalb des späteren Sleeves, muss es selbstverständlich nicht genommen werden.



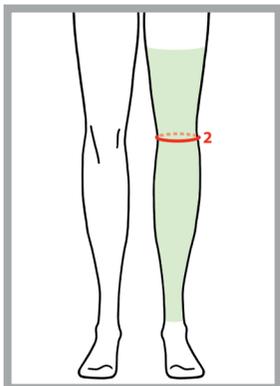
1. Oberer Abschluss

Der obere Abschluss liegt üblicherweise im Bereich des Oberschenkels und wird auf Höhe der zuvor festgelegten Position waagrecht gemessen.



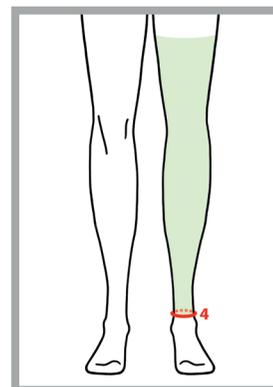
3. Wadenumfang

Der Wadenumfang wird waagrecht, auf Höhe der stärksten Stelle der Wade gemessen. Sie befindet sich meist im oberen Bereich der Wade.



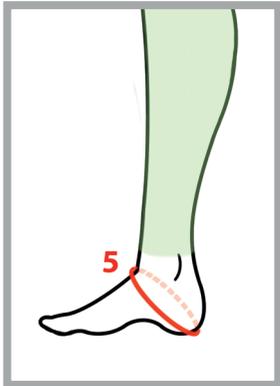
2. Knie

Den Knieumfang misst man waagrecht auf Mitte der Kniescheibe, bzw. der stärksten Stelle des Knies.



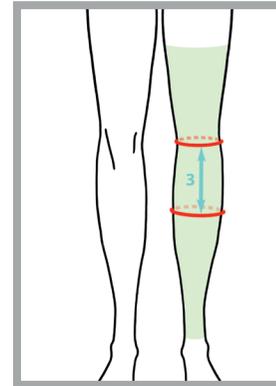
4. Unterer Abschluss

Der Umfang des unteren Abschlusses wird an der zuvor markierten Position gemessen. Er liegt meist im Bereich der Fessel.



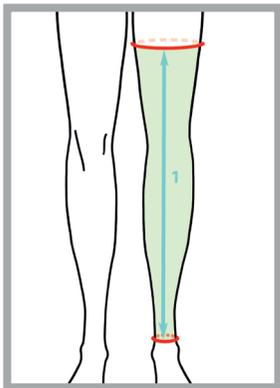
5. Ristumfang

Dieser Umfang wird diagonal über die Fersenrundung und dem Rist gemessen.



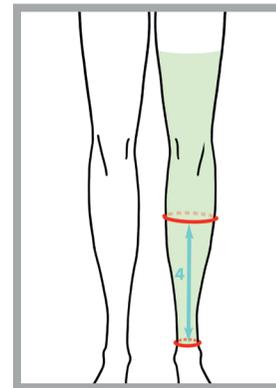
3. Knie – Wade

Hier wird die Strecke zwischen den zuvor markierten Positionen Mitte Knie Scheibe bis zum stärksten Umfang der Wade gemessen.



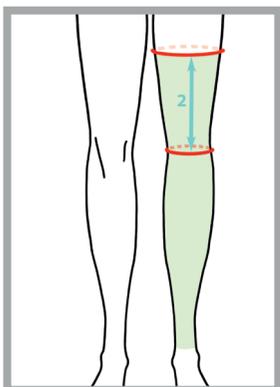
1. Gesamtlänge

Hier wird vom oberen Abschluss entlang der seitlichen Bein form bis zum unteren Abschluss gemessen



4. Wade – unterer Abschluss

Dieses Längenmaß wird ab der stärksten Stelle der Wade bis zur gewünschten Länge des Sleeves gemessen. (Diese Position liegt meist im Bereich der Fessel).



2. Oberer Abschluss – Knie

Dieses Längenmaß wird wie bei der Gesamtlänge vom oberen Abschluss entlang der seitlichen Bein form bis zur Mitte der Knie Scheibe gemessen.