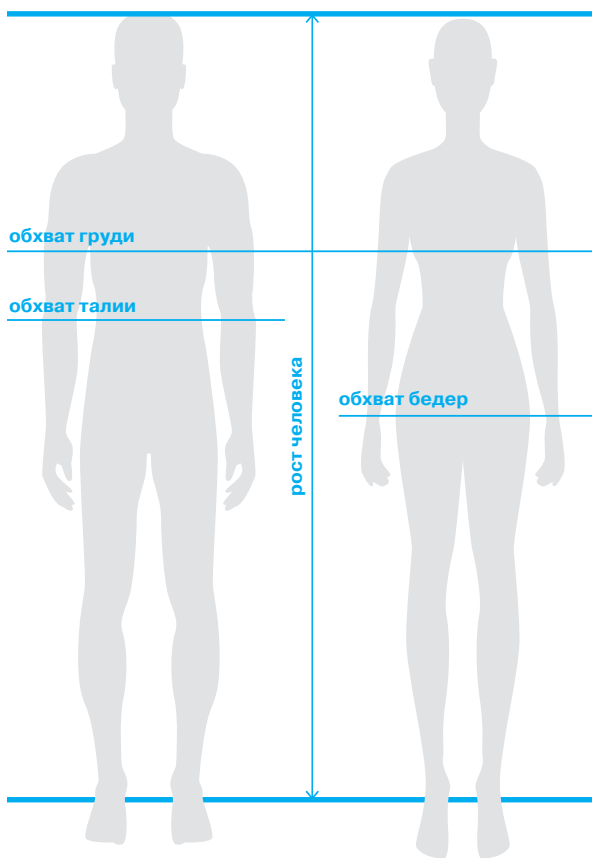


# ПАМЯТКА

## КАК ОПРЕДЕЛИТЬ РАЗМЕР СПЕЦОДЕЖДЫ



1. Измерьте свой рост.
2. Если вы мужчина, дополнительно измерьте обхват груди и обхват талии. Если женщина – обхват груди и обхват бедер.
3. Сверьте данные с таблицами и определите размер спецодежды.



**ТАБЛИЦА РАЗМЕРОВ  
ДЛЯ МУЖСКИХ КОСТЮМОВ**

РАЗМЕР ОДЕЖДЫ	Интервал обхвата груди, см	Интервал обхвата талии, см
40–42	От 78 до 86	От 58 до 76
44–46	От 86 до 94	От 64 до 84
48–50	От 94 до 102	От 72 до 98
52–54	От 102 до 110	От 80 до 106
56–58	От 110 до 118	От 94 до 114
60–62	От 118 до 126	От 102 до 122
64–66	От 126 до 134	От 110 до 130

**ТАБЛИЦА РАЗМЕРОВ  
ДЛЯ ЖЕНСКИХ КОСТЮМОВ**

РАЗМЕР ОДЕЖДЫ	Интервал обхвата груди, см	Интервал обхвата бедер, см
40–42	От 78 до 86	От 82 до 90
44–46	От 86 до 94	От 90 до 98
48–50	От 94 до 102	От 98 до 110
52–54	От 102 до 110	От 106 до 118
56–58	От 110 до 118	От 114 до 126
60–62	От 118 до 126	От 122 до 134
64–66	От 126 до 134	От 134 до 142

**ТАБЛИЦА РОСТОВ**

РОСТ, СМ	ИНТЕРВАЛ РОСТА, СМ
146–152	От 142 до 155
158–164	От 155 до 167
170–176	От 167 до 179
182–188	От 179 до 191
194–200	От 191 до 203