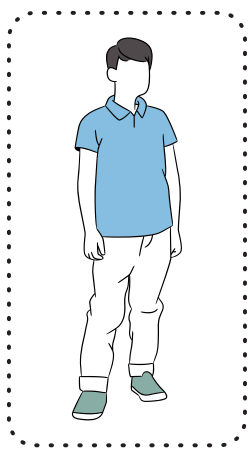


РАЗМЕРЫ _____



- понадобится сантиметровая лента
- может понадобиться помощь другого человека
- для измерения роста встань прямо, пятки прижми к стене, попроси друга сделать отметку карандашом на стене на уровне твоей головы. Измерь расстояние от пола до отметки, это и будет твой рост. Смотри отметку на стене.

ЗАПИШИ СВОИ ИЗМЕРЕНИЯ

Рост _____ см

Окружность головы _____ см

Длина руки _____ см

Длина ладони _____ см

Окружность запястья _____ см

Расстояние между большим пальцем и мизинцем _____ см

Окружность груди _____ см

Окружность талии _____ см

Окружность бедер _____ см

Длина ноги _____ см

Длина ноги от колена до ступни _____ см

Длина ступни _____ см