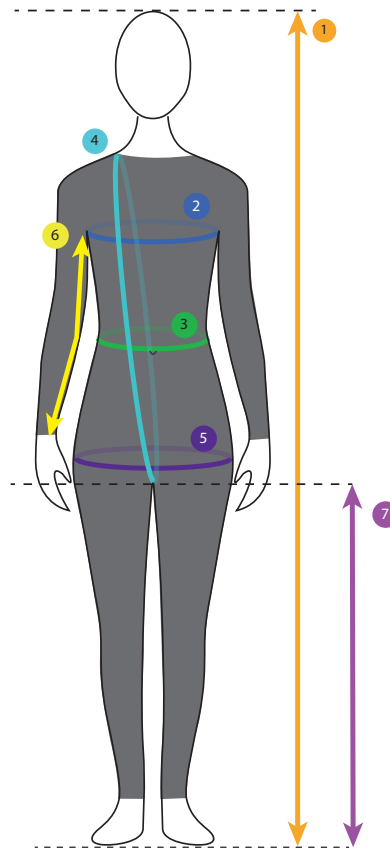


# How to take measurements:

- 1 Body height:**  
Measure from top of head to the floor (your standard height measurement). Your chin should be in a line parallel to the floor.
- 2 Chest:**  
Place one end of the tape measure at the fullest part of your bust, wrap it around (under your armpits, around your shoulder blades, and back to the front) .
- 3 Waist:**  
Measure the circumference of your waist. Use the tape to circle your waist (sort of like a belt would) at your natural waistline, which is located above your belly button and below your rib cage. (If you bend to the side, the crease that forms is your natural waistline.)
- 4 Torso:**  
From the uppermost part of the shoulder, down the front, through the crotch, and up the back to the starting point.



- 5 Hips:**  
Start at one hip and wrap the tape measure around your rear, around the other hip, and back to where you started. Make sure the tape is over the largest part of your buttocks. Since making sure the tape is level back there can be hard, try to do it in front of a mirror.
- 6 Inseam Sleeve:**  
Place one end of the tape measure under the arm at the point where the fabric comes together, then place the tape along the inside under arm seam down the inside seam to the point where you wish the sleeve to hit the hand. Your elbow should be slightly bent.
- 7 Inseam Leg:**  
Measure the distance from the uppermost inner part of your thigh to the floor.

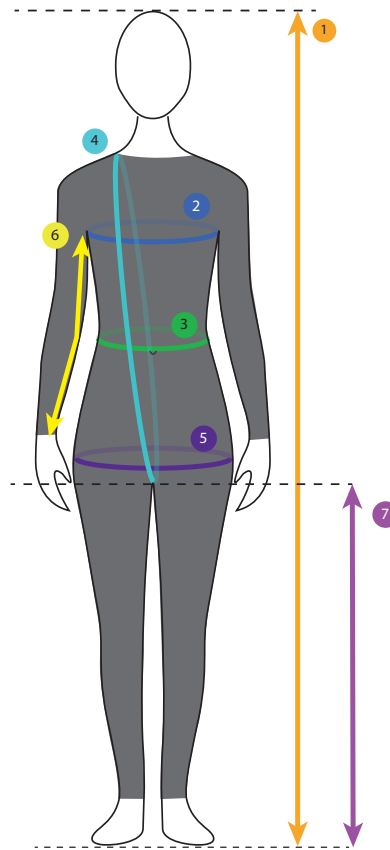
<b>Kinder / Children</b>								
Konfektionsgröße Gymnastik Kinder / Size girls & boys	104	116	128	140	152	164		
Konfektionsgröße Unisex / Size unisex							XS	
Alter (Jahre) / Age (Years)	4	6	8	10	12	14		
1 Körpergröße in inches / Height in inches	41	45,5	50	55	59,5	64		
2 Brustumfang / Chest (fullest part of bust, under the armpits)	23	23,5	24-25	25,5-27	27,5-30	30,5-33		
3 Taillenumfang / Waist (waistline at the height of ones belly button)	21	21,5	22	22,5-23	23,5-24,5	25-26		
4 Schulter-/Schritt-Maße / Torso	21	21,5-22	22,5-23	23,5-24	24,5-25	25,5-26		
5 Hüftumfang / Hips (largest part of buttocks)	25	25-26	26,5-27,5	28-29	29,5-32	32,5-35,5		
6 Arminnenlänge / Inseam sleeve (from armpit to where the sleeve should end)								
7 Schrittlänge (Schritt-Fußsohle) / Inseam leg (from inner thigh to floor)	20	20	25	30	30	35		
<b>Damen / Women</b>								
Konfektionsgröße Gymnastik Damen / Size women	36	38	40	42	44	46	48	
Konfektionsgröße Unisex / Size unisex	S	S	M	M	L	XL	2XL	
Alter (Jahre) / Age (Years)	4	6	8	10	12	14		
1 Körpergröße in inches / Height in inches	65-66	66-67	66-67	66-67	66-67	66-67	67,5-68	
2 Brustumfang / Chest (fullest part of bust, under the armpits)	33	33,5-34,5	35-36	36,5-37,5	38-39	39,5-41	41,5-43	
3 Taillenumfang / Waist (waistline at the height of ones belly button)	25,5	26-26,5	27-27,5	28-29	29,5-30,5	31-32	32,5-35	
4 Schulter-/Schritt-Maße / Torso	27	27,5	28	28,5	29	29,5	30	
5 Hüftumfang / Hips (largest part of buttocks)	35,5	36-37	37,5-38,5	39-40	40,5-41,5	42-43	43,5-44,5	
6 Arminnenlänge / Inseam sleeve (from armpit to where the sleeve should end)								
7 Schrittlänge (Schritt-Fußsohle) / Inseam leg (from inner thigh to floor)	31,5	32	32	32	32,5	33	33,5	
<b>Herren / Men</b>								
Konfektionsgröße Herren / Size men	44	46	48	50	52	54	56	58
Konfektionsgröße Unisex / Size unisex	S	M	M	L	XL	2XL	3XL	4XL
Konfektionsgröße Wäsche/Trikotagen / Size underwear & knitted garments	3	4	5	6	7	8	9	10
Alter (Jahre) / Age (Years)	4	6	8	10	12	14		
1 Körpergröße in inches / Height in inches	65-67	66-67,5	67-69	68-70	69,5-71	70,5-72	71-73	72-73,5
2 Brustumfang / Chest (fullest part of bust, under the armpits)	33-34,5	35-35,5	36-36,5	37-38	38,5-39,5	40-41	41,5-42,5	43-44,5
3 Taillenumfang / Waist (waistline at the height of ones belly button)	27-28,5	29-30,5	31-33	33,5-35,5	36-37,5	38-40	40,5-42,5	43-44,5
4 Schulter-/Schritt-Maße / Torso	27,5	28,5	30	31,5	32,5	33,5	34	35
5 Hüftumfang / Hips (largest part of buttocks)	34,5	35-36	36,5-37,5	38-39	39,5-41	41,5-42,5	43-44	44,5-45,5
6 Arminnenlänge / Inseam sleeve (from armpit to where the sleeve should end)								
7 Schrittlänge (Schritt-Fußsohle) / Inseam leg (from inner thigh to floor)	31,5	31,5	32	32	32,5	33	33,5	33,5

Bitte beachten Sie: die Größentabelle bietet lediglich Richtwerte für die Größenermittlung von ERVY Turn- und Gymnastikbekleidung in den Qualitäten 82/18% Polyamid/ Elasthan (glänzend bzw. Samt/Velour). Sie ersetzt nicht die exakte Größenermittlung anhand von ERVY Größensystemen, welche vor einer vollständigen Ausführung eines Auftrages bestellt werden sollten.

Note: this size chart is only a rough guideline for ERVY gymnastics apparel. In order to determine the exact size of your customer,

# So messen Sie richtig:

- 1 Körpergröße:**  
Messen Sie Ihre Körpergröße vom Scheitel bis zur Fußsohle. Idealerweise stellen Sie sich gerade mit dem Rücken zur Wand. Ihr Kinn sollte dabei parallel zum Boden sein.
- 2 Brustumfang:**  
Platzieren Sie das Maßband an der stärksten Stelle Ihrer Brust waagrecht unter der Achsel um den Körper.
- 3 Taillenumfang:**  
Measure the circumference of your waist. Use the tape to circle your waist (sort of like a belt would) at your natural waistline, which is located above your belly button and below your rib cage. (If you bend to the side, the crease that forms is your natural waistline.)
- 4 Schulter-Schritt-Maß (Rumpfumfang):**  
Messen Sie vom höchsten Punkt der Schulter diagonal durch den Schritt und zurück zum Ausgangspunkt.



- 5 Hüftumfang:**  
Legen Sie das Maßband möglichst waagrecht um Ihre Hüften und messen Sie den Hüftumfang an der stärksten Stelle des Gesäßes.
- 6 Arminnenlänge:**  
Winkeln Sie Ihren Arm leicht an und messen Sie an der Innenseite des Armes von der Achsel bis zum Handgelenk.
- 7 Beininnenlänge:**  
Messen Sie die Beininnenlänge entlang des Innenschenkels beginnend beim Schritt bis zum Boden.

<b>Kinder / Children</b>								
Konfektionsgröße Gymnastik Kinder / Size girls & boys	104	116	128	140	152	164		
Konfektionsgröße Unisex / Size unisex							XS	
Alter (Jahre) / Age (Years)	4	6	8	10	12	14		
1 Körpergröße in cm / Height in cm	104	116	128	140	152	164		
2 Brustumfang / Chest (fullest part of bust, under the armpits)	58	59-60	61-64	65-68	69-76	77-84		
3 Taillenumfang / Waist (waistline at the height of ones belly button)	53	54	55-56	57-58	59-62	63-66		
4 Schulter-/Schritt-Maße / Torso	53	54-56	57-59	60-61	62-64	65-66		
5 Hüftumfang / Hips (largest part of buttocks)	63	64-66	67-70	71-74	75-82	83-90		
6 Arminnenlänge / Inseam sleeve (from armpit to where the sleeve should end)								
7 Schrittlänge (Schritt-Fußsohle) / Inseam leg (from inner thigh to floor)	43	51	59	67	73	78		
<b>Damen / Women</b>								
Konfektionsgröße Gymnastik Damen / Size women	36	38	40	42	44	46	48	
Konfektionsgröße Unisex / Size unisex	S	S	M	M	L	XL	2XL	
Alter (Jahre) / Age (Years)	166-168	168-170	168-170	168-170	168-170	168-170	172-174	
1 Körpergröße in cm / Height in cm	166-168	168-170	168-170	168-170	168-170	168-170	172-174	
2 Brustumfang / Chest (fullest part of bust, under the armpits)	84	85-88	89-92	93-96	97-100	101-104	105-110	
3 Taillenumfang / Waist (waistline at the height of ones belly button)	65	66-67	68-70	71-74	75-78	79-82	83-89	
4 Schulter-/Schritt-Maße / Torso	68	69-70	70-71	72-73	74	75	76	
5 Hüftumfang / Hips (largest part of buttocks)	90	91-94	95-98	99-102	103-106	107-110	111-114	
6 Arminnenlänge / Inseam sleeve (from armpit to where the sleeve should end)								
7 Schrittlänge (Schritt-Fußsohle) / Inseam leg (from inner thigh to floor)	80	81	81	82	83	84	85	
<b>Herren / Men</b>								
Konfektionsgröße Herren / Size men	44	46	48	50	52	54	56	58
Konfektionsgröße Unisex / Size unisex	S	M	M	L	XL	2XL	3XL	4XL
Konfektionsgröße Wäsche/Trikotagen / Size underwear & knitted garments	3	4	5	6	7	8	9	10
Alter (Jahre) / Age (Years)	166-171	169-173	171-176	174-179	177-182	180-184	182-186	184-188
1 Körpergröße in cm / Height in cm	166-171	169-173	171-176	174-179	177-182	180-184	182-186	184-188
2 Brustumfang / Chest (fullest part of bust, under the armpits)	84-88	89-91	91-93	94-97	98-101	102-105	106-109	110-113
3 Taillenumfang / Waist (waistline at the height of ones belly button)	69-72	73-78	79-84	85-90	91-96	97-102	103-108	109-114
4 Schulter-/Schritt-Maße / Torso	70	73	76	80	83	85	86	89
5 Hüftumfang / Hips (largest part of buttocks)	88	89-92	93-96	97-100	101-104	105-108	109-112	113-116
6 Arminnenlänge / Inseam sleeve (from armpit to where the sleeve should end)								
7 Schrittlänge (Schritt-Fußsohle) / Inseam leg (from inner thigh to floor)	80	80	81	82	83	84	85	85

Bitte beachten Sie: die Größentabelle bietet lediglich Richtwerte für die Größenermittlung von ERVY Turn- und Gymnastikbekleidung in den 82/18% Polyamid/ Elasthan (glänzend bzw. Samt/Velour). Sie ersetzt nicht die exakte Größenermittlung anhand von ERVY Größenschemen, welche vor einer vollständigen Ausführung eines Auftrages bestellt werden sollten.

Note: this size chart is only a rough guideline for ERVY gymnastics apparel. In order to determine the exact size of your customer,