


**Como tirar as medidas para saber o tamanho que te corresponde?**

Sente-se numa cadeira e dobrar as pernas em um ângulo de 90 graus, com os pés firmemente sentado no chão. Para medir utilize calças e meias que use com as polainas.

Peça a alguém para lhe medir a perna.

Você deve medir:

a. / A perna pela a área mais larga em torno da mesma.

b. / A altura a partir do chão até a curva atrás do joelho.

| TALLA | POLAINA     |        |
|-------|-------------|--------|
|       | Pantorrilla | Altura |
| XXS   | 32          | 39½    |
| XS    | 34          | 42     |
| XSM   | 34          | 46     |
| XST   | 34          | 49 ½   |
| SS    | 37          | 42     |
| S     | 37          | 44 ½   |
| SM    | 37          | 47     |
| ST    | 37          | 49 ½   |
| MS    | 40          | 44 ½   |
| M     | 40          | 47     |
| MT    | 40          | 49 ½   |
| LS    | 42          | 44 ½   |
| L     | 42          | 47     |
| LT    | 42          | 49 ½   |
| XL    | 45          | 47     |