



Uitleg
onderstaande schets illustreert een persoon in slaaphouding. Gelieve de aangegeven maten aan te vullen, samen met uw gegevens.

Hoofdbord	
	Maat 5 (op uw huidige slaappositie)
Maat 1	Maat 6
Maat 2	
Maat 3	
Maat 4	
	Maat 7 (vlak tegen lichaam)
Naam:	
Gewicht: Kg	

- Maat 1:cm
afstand van hoofd tot knie
- Maat 2:cm
afstand van hoofd tot hand
- Maat 3:cm
afstand van hoofd tot elleboog
- Maat 4:cm
afstand van hoofd tot schouder
- Maat 5:cm
afstand van hoofd tot bedeinde
- Maat 6:cm
afstand tussen schouders
- Maat 7:cm
afstand tussen polsen