Messanleitung für den persönlichen Maßsatz nach Müller-München

Zum korrekten Maßnehmen benötigen Sie folgende Utensilien:

1. Ein Schneidermaßband (meist 150cm lang)
2. Ein Taillenmaßband (es besitzt einen Hacken und Löcher im 1cm-Abstand um das Maßband an der Taille zu fixieren)
3. Einen Maßzettel mit der Maßtabelle und einen Stift
4. Eine Person, die Ihnen behilflich ist.
5. Eine halbe Stunde Zeit

Um korrekte Körpermaße messen zu können, sollten Sie während des Messvorganges möglichst wenig, bzw. möglichst körpernahe Kleidung tragen, zB Unterwäsche oder T-Shirt und Leggings, sowie einen passenden BH.

Alle Längsmaße werden immer vom bzw. bis zum unteren Rand des Maßbandes gemessen.

Messen der Hauptmaße - Körpermaße:

Körperhöhe – Kh: Eventuell wissen Sie diese ohnehin oder sie steht in Ihrem Pass. Ansonsten stellen Sie sich ohne Schuhe an eine Wand. Ihre helfende Hand legt nun zB. Ein Geodreieck so an Ihre Schädeldecke, dass der zweite Schenkel des Dreiecks an der Wand liegt. Nun messen Sie von dieser unteren Kante des Dreiecks senkrecht bis zum Boden.

Brustumfang - BU: Dieser wird waagrecht in der Höhe Ihrer Brustspitzen gemessen, indem Sie das Maßband mit den Fingerspitzen auf die Brustspitzen halten, die Ellbogen und Schultern entspannt hängen lassen und Ihre Helferin das Maß im Rücken abliest.

Taillenumfang – TU: Sie legen Ihr Taillenmaßband glatt und knapp um die schmalste Stelle zwischen Brust und Hüfte und hacken es ein. Jetzt können Sie das Maß ablesen und eintragen. Sie belassen das Maßband am Körper, bis Sie alle Maße genommen haben. Sie brauchen diese Querlinie für einige Längsmaße.

Hüftumfang – HU: Dieser wird um die breiteste Stelle an der Hüfte gemessen. Das ist dort, wo das Maßband gerade noch nicht hinunterfällt.

Ärmellänge – Älg: Diese wird ab dem Scheitelpunkt auf der Schulter über den leicht abgewinkelten Ellbogen bis nach dem Handknöchel gemessen.

Ermitteln der Hilfsmaße - Konstruktionsmaße:

Rückenhöhe – Rh: Um die Rückenhöhe messen zu können, benötigen Sie einen Streifen Papier mit einer ungefähren Länge von 25-30cm. Ein gefaltetes A4-Blatt ist ausreichen. Sie klemmen dieses Blatt unter Ihre Achsel, so hoch es geht und schieben es in Richtung Rückenmitte, soweit es geht. Sie entspannen sich wieder und lassen die Schulter fallen. Nun legt Ihre helfende Hand das Blatt waagrecht entlang Ihres Rückens und misst den Abstand zwischen 7. Halswirbel und Oberkante des Blattes.

Rückenlänge – Rl: Ihre helfende Hand belässt das Maßband in der Position der Rh und misst einfach weiter bis zum unteren Rand des Taillenbandes.

Hüfttiefe – Ht: Auch dieses Maß können Sie im weiteren Verlauf der Rh und Rl messen, indem das Maßband einfach nach unten fallen lassen und das Maß an der breitesten Stelle ablesen.

Halsspiegel – Hs: Der Halsspiegel wird bei diesem Schnittsystem immer errechnet mit der Formel: 1/10 des halben Brustumfangs + 2 cm.

Brusttiefe I – Bt I: Bei diesem Maß legt Ihre helfende Hand das Maßband am 7. Halswirbel an und lässt es über

Ihre Brustspitze hängen. Nun kann man in der Höhe der Brustspitze das Maß ablesen.

Brusttiefe II – Bt II: Dieses Maß wird ebenfalls errechnet. Sie ziehen von Bt I den errechneten Hs ab und tragen das Ergebnis in die Liste ein.

Vorderlänge I – VL I: Dieses Maß erhält man ebenfalls im weiteren Verlauf der Brusttiefe. Sie belassen das Maßband wie bei Bt I und messen über die Brustspitze bis zum unteren Rand des Taillenbandes.

Vorderlänge II – VL II: Auch dieses Maß wird errechnet indem Sie den Hs von VL I abziehen.

Rückenbreite – Rb: Für die Konstruktion wird dieses Maß errechnet. 1/8 BU + 5,5 + Zugabe. Diese Formel finden Sie auch auf Ihrem persönlichen Maßzettel. Das am Körper gemessene Maß ist ein Kontrollmaß und Sie erhalten es, wenn Ihre helfende Hand Ihren Rücken quer misst, indem das Maßband von einer Armfalte zur anderen gelegt wird.

Armdurchmesser – Ad: Auch dieses Maß wird errechnet mit der Formel: 1/8 BU minus 1,5+ Zugabe. Sie finden die Formel auch auf dem Maßzettel.

Brustbreite – Bb: Auch dieses Maß wird errechnet mit der Formel: ¼ BU minus 4 + Zugabe. Sie finden Diese Formel auch auf dem Maßzettel. Aber hier ist es auch ratsam ein Kontrollmaß zu nehmen. Ihre helfende Hand misst an Ihrer Vorderseite von einer Armfalte zur anderen, waagrecht über beide Brustspitzen.

Brustspitzenabstand – Bsp: dieses Maß wird waagrecht von einer zur anderen Brustspitze gemessen. Auch dieses gemessene Maß ist ein Kontrollmaß. Bei der Konstruktion wird es errechnet: 1/10 BU + 0,5-1.

Armlochhöhe – AH: Dieses Maß wird am fertig konstruierten Oberteilschnitt gemessen, jeweils von der Schulterspitze in gerader Linie zur Brustumfangslinie. Der Schulterblattabnäher bleibt ausgespart.

Armlochumfang – AU: Auch dieses Maß wird am fertig konstruierten Oberteilschnitt gemessen und zwar entlang der vorderen und hinteren Armlochkurve. Der Schulterblattabnäher bleibt auch hier ausgespart.

Kugelhöhe – Kgh: Dieses Maß ist ebenfalls ein Konstruktionsmaß und wird mit einer Formel ermittelt, die Sie auf dem Maßzettel finden. Diese lautet: ½ AH minus (2/10 Ad +1-2).

Ärmelsaumweite – Äsw: Dieses Maß ist modellabhängig. Das heißt, Sie nehmen einen Wert an, von dem Sie glauben, dass er zu Ihrem Modell passt.

Ermitteln von einigen, gängigen Kontrollmaßen:

Oberarmumfang – Oau: Dies ist ein Kontrollmaß. Ihre helfende Hand ermittelt das Maß, indem sie das Maßband glatt um die stärkste Stelle Ihres Oberarms legt.

Oberschenkelumfang: Auch dieses Maß ist ein Kontrollmaß. Sie belasten Ihr Bein und Ihre helfende Hand misst an der stärksten Stelle des Oberschenkels. Diese befindet sich ca. 5cm unter dem Schritt.

Leibhöhe – Lh: Dieses Maß darf nicht mit der Hüfttiefe verwechselt werden. Es wird für die Konstruktion einer Hose benötigt. Sie sitzen aufrecht auf einer flachen Fläche mit dem Taillenband um die Taille. Nun misst Ihre helfende Hand vom unteren Rand des Taillenbandes senkrecht bis zur Sitzfläche.

Es gibt noch viele andere Maße, die je nach Konstruktion noch am Körper gemessen werden können. Das hängt von Ihren individuellen Wünschen und Ihrem Körperbau ab.

Sollten Sie eine sehr asymmetrische Körperhaltung haben, empfiehlt es sich, einige Maße auf beiden Körperhälften zu messen, den Schnitt aufzuspiegeln und die Abweichungen auf der jeweiligen Stelle einzuzeichnen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß!