

# Koko-opas

## – workwear

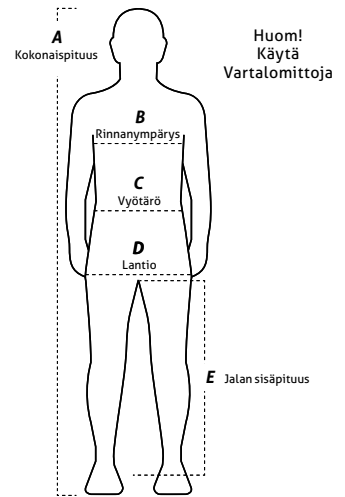
Aloita omasta koostasi ja vertaa sitä kokotaulukoihin, jotta löydät oikean koon. Valitse pituuttasi (A) vastaava taulukko.

Naisten vaatteiden taulukot koskevat vain Naiset-luvun vaatteita, muissa tapauksissa tulee käyttää miesten taulukoita. Acode-mallistolle on omat kokotaulukot.

Kun ostat housuja, mittaa A, C, D ja E, ja kun ostat takkeja, mittaa B (koot XS–5XL). Mittaa A, B, D ja E umpisuojaista ostaessasi, ja pituudestasi riippuen valitse taulukoista normaali, pitkä tai lyhyt.

### Huom!

Kaikki taulukoiden mitat ovat vartalon mittoja, paitsi jalan sisäpituus, joka vastaa vaatteiden kokoa.



Huom!  
Käytä  
Vartalomittoja

### Takit, housut ja umpisuojaat

Miesten koot	XXS		XS		S		M		L		XL		2XL		3XL		4XL		5XL		6XL		
<b>A. Normaali (normaali vyötärö)</b> 176-184 cm		C40	C42	C44	C46	C48	C50	C52	C54	C56	C58	C60	C62	C64	C66	C68	C70						
<b>A. Pitkä (normaali vyötärö)*</b> 184-192 cm				C144	C146	C148	C150	C152	C154	C156	C158	C160	C162	C164	C166	C168							
B. Rinnanympäryys cm	76	80	84	88	92	96	100	104	108	112	116	120	124	128	132	136	140	144	148	152	156	160	
C. Vyötärö cm	64	68	72	76	80	84	88	92	97	102	108	114	120	126	132	138	144	150	156	162	168	174	
D. Lantio cm	85	88	91	94	98	102	106	110	114	118	122	126	130	134	138	142	146	150	154	158	162	166	
<b>E. Normaali jalan sisäpituus cm</b>	80	80	80	80	80	82	82	82	82	84	84	84	84	84	84	84	84	84	84	84	84	84	
<b>E. Pitkä jalan sisäpituus cm</b>				85	85	87	87	87	87	89	89	89	89	89	89	89	89						

<b>A. Lyhyt (Leveä vyötärö)**</b> 168-176 cm		D84	D88	D92	D96	D100	D104	D108	D112	D116	D120	D124	D128	D132	D136
B. Rinnanympäryys cm		84	88	92	96	100	104	108	112	116	120	124	128	132	136
C. Vyötärö cm		78	82	86	90	94	98	103	108	114	120	126	132	138	144
D. Lantio cm		93	96	100	104	108	112	116	120	124	128	132	136	140	144
E. Jalan sisäpituus cm		76	76	76	78	78	78	78	80	80	80	80	80	80	80

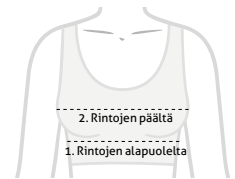
\* Kokotaulukko pitkille housuille ja haalareille  
\*\* Kokotaulukko lyhyille housuille ja haalareille

Naisten koot	XS		S		M		L		XL		2XL		3XL		4XL	
<b>A. Normaali (normaali vyötärö)</b> 164-172 cm		C34	C36	C38	C40	C42	C44	C46	C48	C50	C52					
B. Rinnanympäryys cm	76	80	84	88	92	96	100	104	110	116	122	128	134	140	146	
C. Vyötärö cm	63	66	69	72	76	80	84	88	93	99	105	111	117	123	129	
D. Lantio cm	87	90	93	96	99	102	106	110	115	120	125	130	135	140	145	
E. Jalan sisäpituus cm	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	

Rintaliivit	Kuppikoko	A	B	C	D	E
1. Mitta rinnan alta Liivien koko	cm	2. Kuppikoko - rintakehän ympärysmitta siitä kohdasta, jossa mitta on suurin. Käytä pehmustamattomia rintaliivejä tai ylösosaa mittauksen aikana.				
75	73-77	87-89	89-91	91-93	93-95	
80	78-82	92-94	94-96	96-98	98-100	100-102
85	83-87		99-101	101-103	103-105	105-107
90	88-92			106-108	108-110	110-112
95	93-97				113-115	115-117

### Löydä oikea rintaliivien koko

- Mittaa ympärysmitta rintojen alapuolelta. Mittanauhan tulisi olla tiukalla, mutta ei epämukava.
- Mittaa ympärysmitta rintojen päältä, kohdasta, jossa mitta on suurin.
- Käytä pehmustamattomia rintaliivejä samalla kun mittaat. Tällä varmistat oikean koon löytämisen.



### Acode

Miesten koot	XS		S		M		L		XL		2XL		3XL		4XL		5XL		6XL	
	40-42	44-46	48-50	52-54	56-58	60-62	64-66	68-70	72-74	76-78										
B. Rinnanympäryys cm	80-84	88-92	96-100	104-108	112-116	120-124	128-132	136-140	144-148	152-156										
C. Vyötärö cm	68-72	76-80	84-88	92-97	102-108	114-120	126-132	138-144	150-156	162-168										

Naisten koot	S		M		L		XL		2XL	
	34-36	38-40	42-44	46-48	50-52					
B. Rinnanympäryys cm	80-84	88-92	96-100	104-110	116-122					
C. Vyötärö cm	66-69	72-76	80-84	88-93	99-106					

### Muuntotaulukko tuumista senttimetreihin

Vyötärö	
Vyötärö tuumina	26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54
Vyötärö cm	66 69 71 74 76 79 81 84 86 89 91 94 96 99 102 104 107 109 112 114 117 119 122 124 127 129 132 134 137
Jalan sisäpituus	
Jalan sisäpituus tuumina	30 32 34
Jalan sisäpituus cm	76 81 86

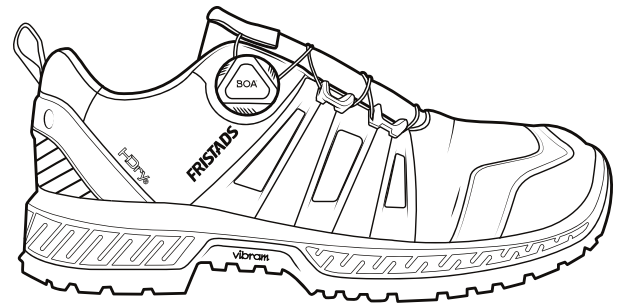
# Koko-opas

## Fristads-turvakengät

Jalan pituus (mm)	Kengän koko EU	Kengän koko UK
220-230	36	3
230-235	37	4
235-240	38	4,5
240-245	39	5,5
245-255	40	6
255-260	41	7
260-270	42	8
270-275	43	8,5
275-280	44	9,5
280-290	45	10
290-295	46	11
295-300	47	11,5
300-305	48	12,5

### Fristads FootShape

Ainutlaatuinen jalkaterän muotoa mukaileva varvasosa, joka tukee jalan luonnollista anatomista asentoa ja tarjoaa jalkaterälle tilaa sekä poikkeuksellista mukavuutta, mikä edistää tasapainoa ja varmaa askellusta. Kehitetty tukemaan jalkaa ja vähentämään puristusta, mikä voi parantaa jalan terveyttä ja lisätä verenkiertoa.



### Näin mittaat jalkasi Fristads-turvakenkiä varten

1. Mittaa jalkasi loppupäivästä. Jalat turpoavat yleensä päivän mittaan ja ovat usein hieman suuremmat illalla kuin aamulla.
2. Pue jalkaasi samat sukat, joita aiot käyttää turvakenkien kanssa.
3. Aseta paperiarkki kovalle lattialle ja teippaa se paikalleen, jotta se ei liiku.
4. Seiso paperin päällä polvet hieman koukussa tai istu niin, että jalkapohjasi ovat tukevasti lattiaa vasten.
5. Pidä kynä pystysuorassa ja piirrä jalkasi ääriviivat. Jos mahdollista, pyydä jotakuta auttamaan, jotta voit seistä paikallasi.
6. Toista sama toiselle jalalle. On normaalia, jos jalat ovat hieman erikokoiset.
7. Merkitse pisimmän varpaan kärki ja kantapään takaosa ja mittaa niiden välinen etäisyys senttimetreinä. Tämä on jalkasi pituus. Käytä mittaa, jossa on senttimetrin tuumien sijaan, jotta mittaus on mahdollisimman tarkka.
8. Jos jalkasi ovat eri kokoiset, käytä suuremman jalan mittaa, kun tarkistat koon Fristadsin kokotaulukosta.

