

**Οδηγίες Μέτρησης**

Ύψος: Μετρηθείτε με μεζούρα σε τοίχο, σε όρθια θέση, από τα πέλματα έως το ύψος του κεφαλιού.

Μέση: Μετρηθείτε σε φυσική στάση στο σημείο πάνω από τον αφαλό.

Στήθος: Μετρηθείτε γύρω από το πιο φαρδύ σημείο ακριβώς κάτω από τη μασχάλη.

**ΒΡΕΦΙΚΑ**

ΗΛΙΚΙΑ (μηνών)	0-3	44810	44810	44904	12-15	15-18	18-24
ΜΕΓΕΘΟΣ	56	62	68	74	80	86	92
ΥΨΟΣ (cm)	56	62	68	74	80	86	92

**ΠΑΙΔΙΚΑ**

ΗΛΙΚΙΑ (ετών)	1	2	3	4	5
ΜΕΓΕΘΟΣ	1	2	3	4	5
ΥΨΟΣ (cm)	80	92	98	104	110

**ΕΦΗΒΙΚΑ**

ΗΛΙΚΙΑ (ετών)		6	8	10	12	14	16
ΜΕΓΕΘΟΣ		6	8	10	12	14	16
ΥΨΟΣ (cm)		116	128	140	152	164	176
ΣΤΗΘΟΣ	κορίτσι	60	64	70	78	86	88
ΜΕΣΗ	κορίτσι	54	56	58	60	64	69
ΣΤΗΘΟΣ	αγόρι	60	64	70	76	84	90
ΜΕΣΗ	αγόρι	54	56	60	65	70	76