

## Οδηγίες Μέτρησης

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

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

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

**ΒΡΕΦΙΚΑ**

ΜΕΓΕΘΟΣ	0M	2M	4M	6M	9M	1Y	1-1/2Y
ΗΛΙΚΙΑ (μηνών)	0	2	4	6	9	12	18
ΥΨΟΣ (cm)	50	56	62	68	74	80	86
ΣΤΗΘΟΣ	37	39,5	42	44,5	47	49	51
ΜΕΣΗ	37	39	41	43	45	47	49

**ΠΑΙΔΙΚΑ**

ΜΕΓΕΘΟΣ	2Y	3Y	4Y	5Y	6Y	7Y
ΗΛΙΚΙΑ (χρονών)	2	3	4	5	6	7
ΥΨΟΣ (cm)	92	98	104	110	116	122
ΣΤΗΘΟΣ	53	55	57	59	61	63
ΜΕΣΗ	50,5	52	53,5	55	56,5	58

**ΕΦΗΒΙΚΑ**

ΗΛΙΚΙΑ (χρονών)	8Y	9Y	10Y	11Y	12Y	13Y	14Y
ΥΨΟΣ (cm)	128	134	140	146	152	158	164
ΣΤΗΘΟΣ	66	69	72	75	78	81	83
ΜΕΣΗ	59,25	61,5	67,75	64	65	66	67