



1. Maßband ausdrucken

Wichtig: Beim Drucken das PDF NICHT an die Papiergröße anpassen sondern **in Originalgröße 100%** drucken.

2. Maßband prüfen & ausschneiden

Überprüfe die korrekte Größe des Maßbandes mit einem Lineal. 1-2 mm Toleranz sind in Ordnung.

Alternativ kannst Du auch eine Bank-|Kreditkarte in dieses Feld legen. Passt die Karte genau in das Feld, dann hat das Maßband die richtig ausgedruckte Größe.

Schneide das Maßband entlang der gestrichelten Linien aus.

3. Maß nehmen

Lege das Maßband angenehm fest um Dein Handgelenk und führe das Bandende durch den Schlitz.

4. Größe bestimmen

Der neben dem Schlitz | der Schere stehende Wert ist der Umfang Deines Handgelenks.

