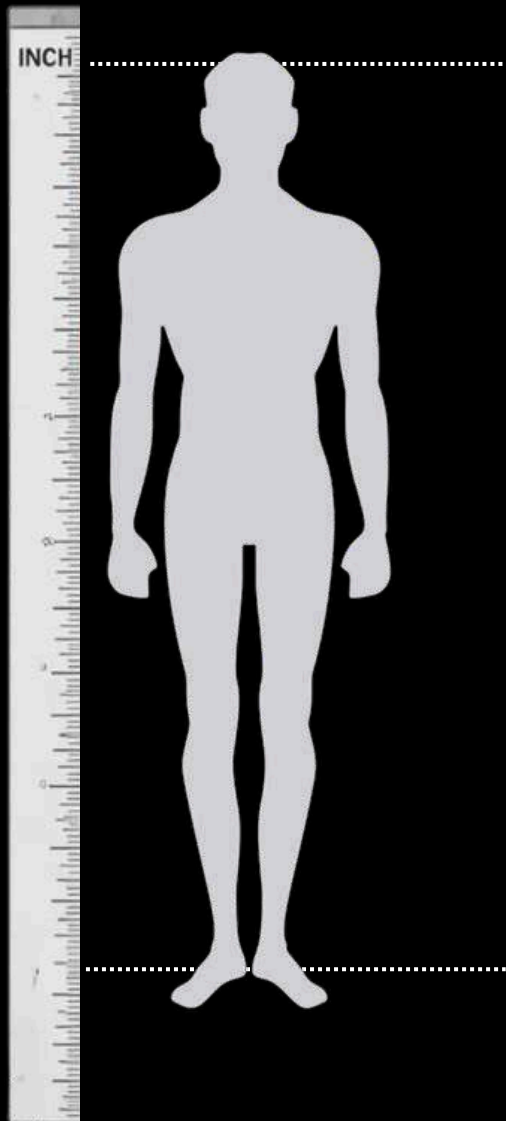


CERVA ARBEIDSKLÆR

STØRRELSESGUIDE
FOR ARBEIDSKLÆR,
SKO OG HANSKER





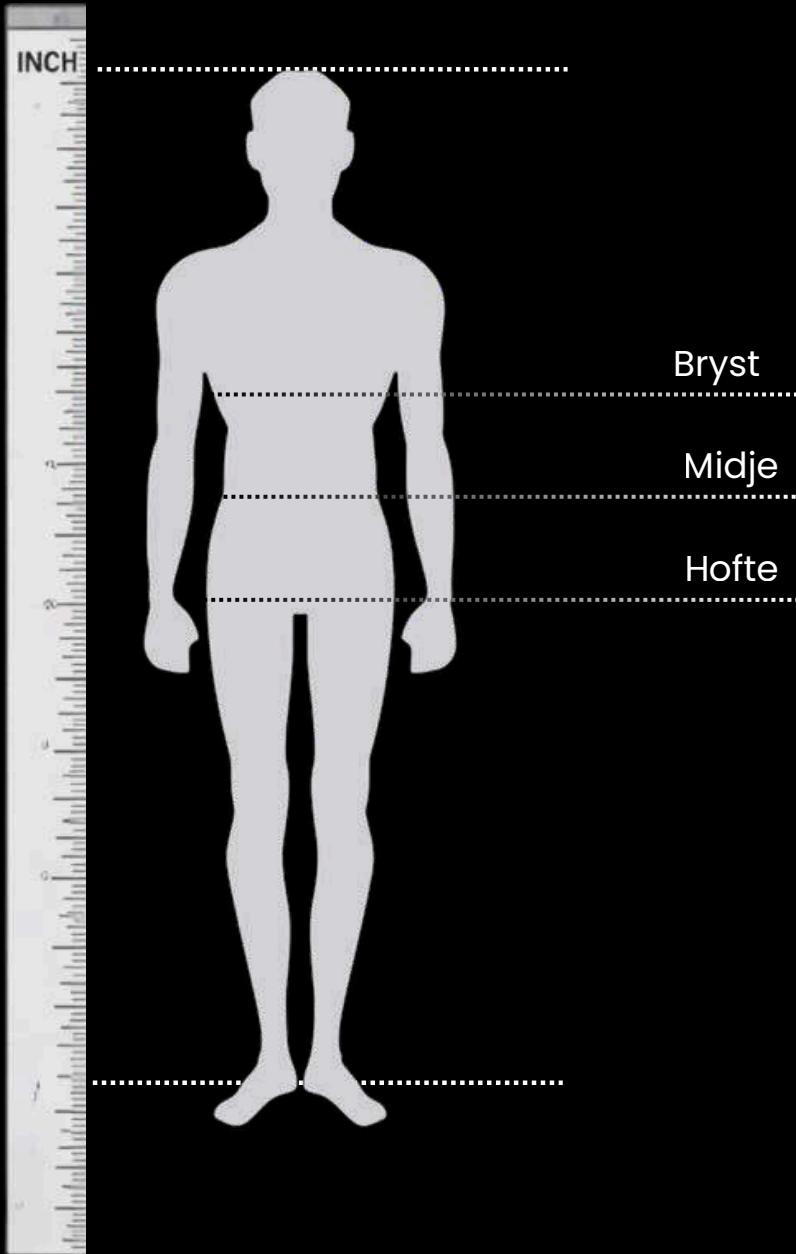
SLIK MÅLER DU KROPPEN

01 **Bryst:** Rundt det bredeste punktet

02 **Midje:** Rundt midjen

03 **Hofte:** Rundt det bredeste punktet

04 **Innersøm:** Fra skritt til ankel



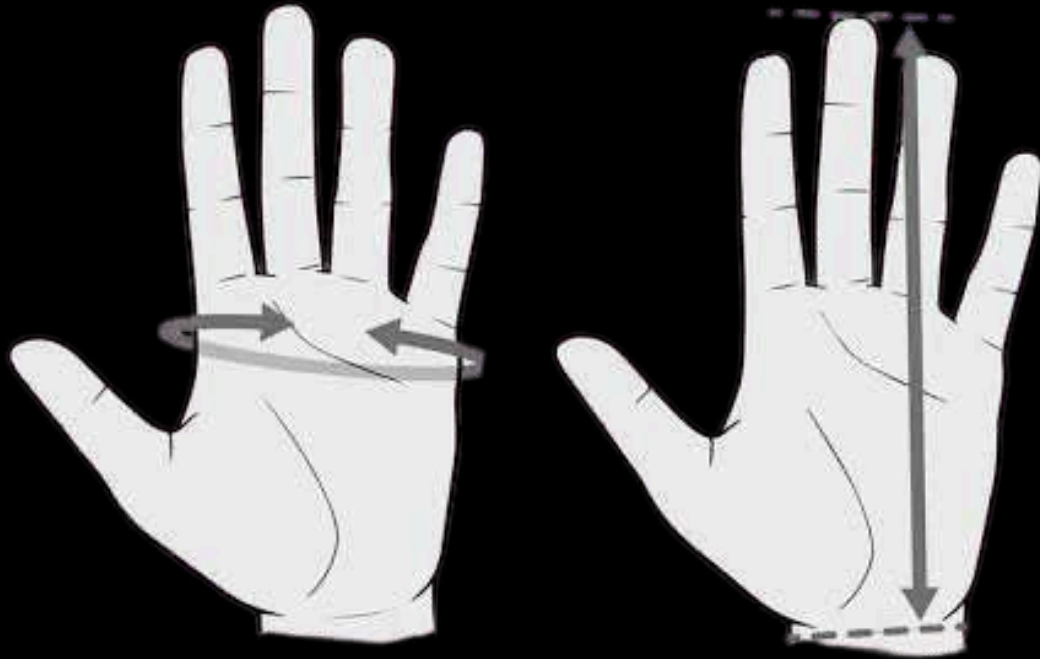
MENN/DAME – KLÆR (STANDARD HØYDE)

HERREKLÆR

STØRRELSE	BRYST (CM)	MIDJE (CM)	HOFTE (CM)	HØYDE (CM)
XS	78-82	68-70	81-85	158-164
S	82-86	70-74	85-88	164-170
M	86-90	74-78	89-92	170-176
L	90-94	78-82	93-96	170-176
XL	94-98	82-86	97-100	176-182
2XL	98-102	86-90	101-104	176-182
3XL	102-106	90-94	105-108	182-188
4XL	106-110	94-98	109-112	182-188
5XL	110-114	98-102	113-117	188-194

DAME KLÆR

STØRRELSE	BRYST (CM)	MIDJE (CM)	HOFTE (CM)	HØYDE (CM)
XS	74-78	58-62	82-86	154-158
S	78-82	62-66	86-90	158-162
M	82-86	66-70	90-94	158-162
L	86-90	70-74	94-98	162-166
XL	90-94	74-78	98-102	162-166
2XL	94-98	78-82	102-106	166-170
3XL	98-102	82-86	106-110	166-170



HANSKER
(HÅNDFLATE OMKRETS)

STØRRELSE	OMKRETS (MM)
6	152
7	178
8	203
9	229
10	254
11	279
12	304

Merk: For best passform anbefales fysisk prøving av hansker.



HERRE/DAME – SKO (EU / FOTLENGDE)

MENN – SKO

EU STØRRELSE	FOTLENGDE (MM)	FOTLENGDE (CM)
38	240	25
39	250	26
40	255	26.5
41	260	27
42	270	28
43	280	29
44	285	29.5
45	290	30
46	295	30.5
47	300	31
48	310	32
49	320	33
50	330	34

DAMER – SKO

EU STØRRELSE	FOTLENGDE (MM)	FOTLENGDE (CM)
34	215	22.5
35	220	23
36	225	23.5
37	230	24
38	240	25
39	250	26
40	255	26.5
41	260270	27
42	295	28

PASSE NOTATER

- Cerva bruker standard EU-størrelser for klær og sko.
- Velg størrelse basert på største kroppsmål.
- For arbeidstøy med flere lag, vurder å gå opp én størrelse.
- For sko: mål i cm/mm gir mest presis størrelse.

KILDE

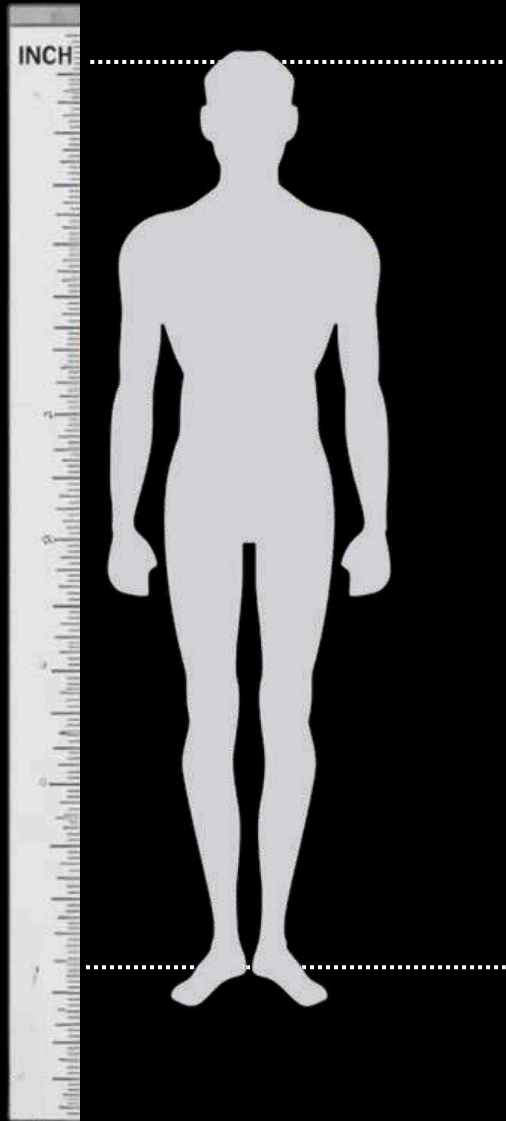
Cerva – offisiell størrelsesguide for hansker

<https://www.cerva.com/pl/en/-size-table-gloves/a/p-110>

CERVA WORKWEAR

SIZE GUIDE FOR
WORKWEAR, SHOES
AND GLOVES





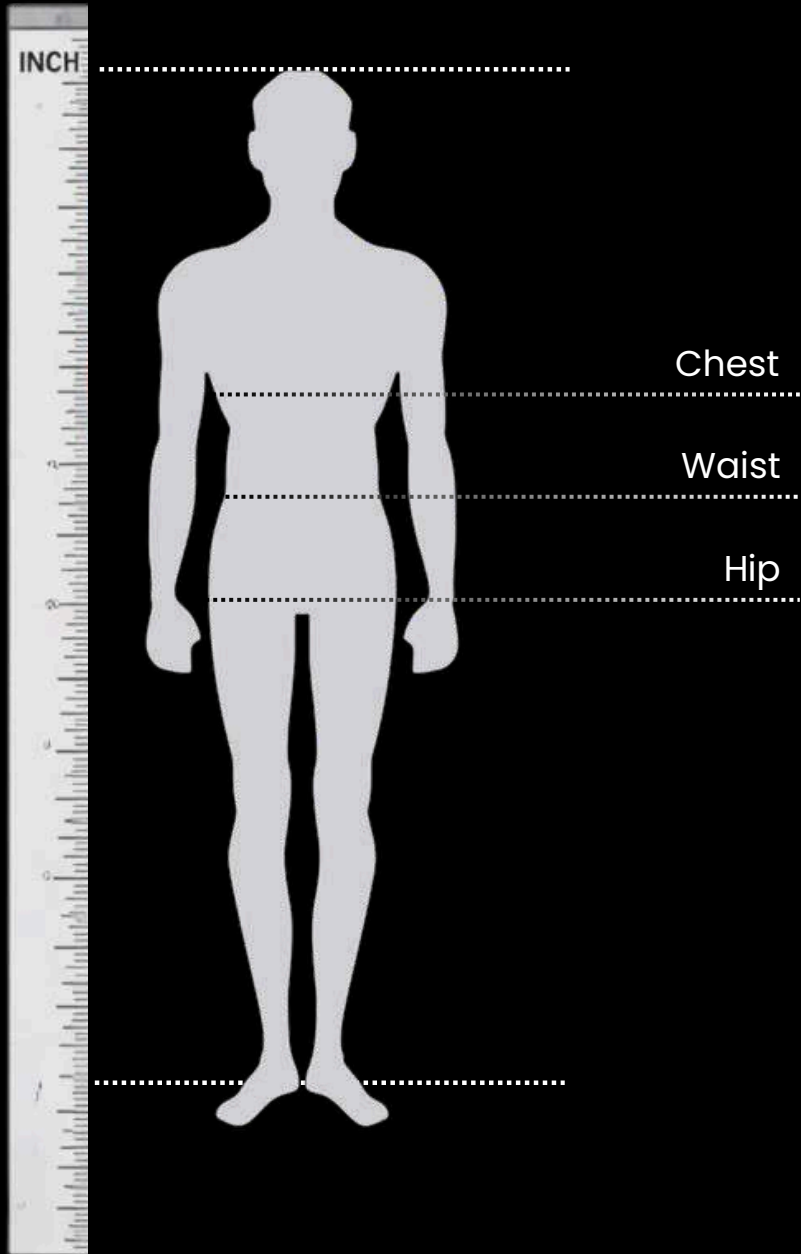
HOW TO MEASURE YOUR BODY

01 Chest: Around fullest part

02 Waist: Around waistline

03 Hips: Around widest point

04 Inseam: From crotch to ankle



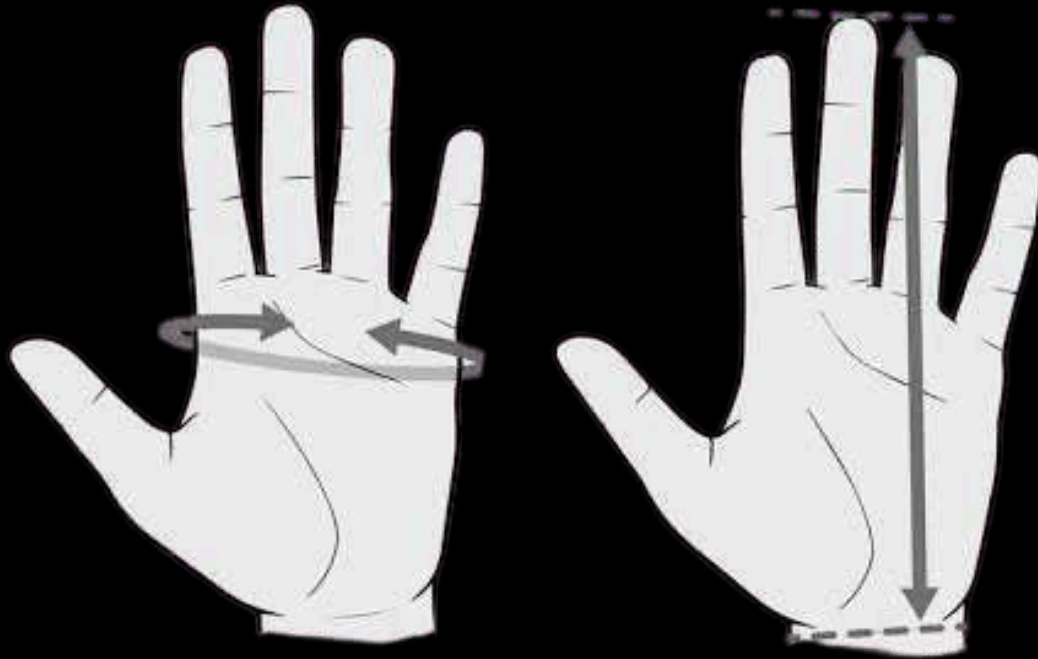
MEN/ WOMEN'S – CLOTHING (STANDARD HEIGHT)

MEN CLOTHING

SIZE	CHEST (CM)	WAIST (CM)	HIP (CM)	HEIGHT (CM)
XS	78-82	68-70	81-85	158-164
S	82-86	70-74	85-88	164-170
M	86-90	74-78	89-92	170-176
L	90-94	78-82	93-96	170-176
XL	94-98	82-86	97-100	176-182
2XL	98-102	86-90	101-104	176-182
3XL	102-106	90-94	105-108	182-188
4XL	106-110	94-98	109-112	182-188
5XL	110-114	98-102	113-117	188-194

WOMEN CLOTHING

SIZE	CHEST (CM)	WAIST (CM)	HIP (CM)	HEIGHT (CM)
XS	74-78	58-62	82-86	154-158
S	78-82	62-66	86-90	158-162
M	82-86	66-70	90-94	158-162
L	86-90	70-74	94-98	162-166
XL	90-94	74-78	98-102	162-166
2XL	94-98	78-82	102-106	166-170
3XL	98-102	82-86	106-110	166-170



GLOVES (PALM CIRCUMFERENCE)

SIZE	CIRCUMFERENCE (MM)
6	152
7	178
8	203
9	229
10	254
11	279
12	304

Note: For best fit, physical glove testing is recommended.



HVORDAN MÅLE FOTEN DIN

- 01 Legg et ark på et hardt gulv med kanten mot en vegg.
- 02 Stå på arket med hælen mot veggen.
- 03 Marker punktet der den lengste tåen slutter.
- 04 Mål avstanden fra veggen til merket i millimeter (mm).
- 05 Sammenlign målet med tabellen under.

MEN'S FOOTWEAR

EU	MM	CM
38	240	25
39	250	26
40	255	26.5
41	260	27
42	270	28
43	280	29
44	285	29.5
45	290	30
46	295	30.5
47	300	31
48	310	32
49	320	33
50	330	34

WOMEN'S FOOTWEAR

EU	MM	CM
34	215	22.5
35	220	23
36	225	23.5
37	230	24
38	240	25
39	250	26
40	255	26.5
41	260270	27
42	295	28

FIT NOTES

- Cerva uses **standard EU sizing across categories.**
- Choose based on your **largest body measurement.**
- Consider sizing up for layering.
- Foot length (mm/cm) gives the most accurate shoe fit.

SOURCE

Cerva official glove size guide

<https://www.cerva.com/pl/en/-size-table-gloves/a/p-110>