

¿No tiene a mano una regla de medir?

Use esta práctica guía para calcular el ajuste que busca.



¿Se ajusta por completo?

Es posible que necesite una montura **pequeña** o **mediana**.



¿Se ajusta en el centro?

Es posible que necesite una montura **mediana** o **grande**.



¿Se ajusta en las dos últimas posiciones?

Es posible que necesite una montura **XL**.