

## So ermitteln sie die Ringgrösse (Innenumfang) eines vorhandenen Ringes!



Zur Bestimmung des Innenumfangs nehmen sie sich einen Ring, der ihnen besonders gut passt. Er sollte ca. 6-8mm breit sein und ein Blatt oder Streifen Papier.



Rollen sie das Papier so eng zusammen, dass die entstandene Papierrolle durch Ihren Ring passt.



Stecken sie den Ring, wie im Bild zu sehen ist, über die Rolle. Ziehen sie das Papier möglichst straff, so dass es ganz dicht am Ring anliegt.



Markieren sie jetzt mit einem spitzen Stift die Stelle, an der die Papierkante endet, wie in Bild zu sehen ist.



Jetzt können sie den Ring von der Rolle abstreifen und mit einem Lineal nachmessen. Hierzu messen sie die Entfernung von der Markierung bis zur Papierkante, wie in Bild zu sehen ist. In diesem Fall erhalten sie 56mm.

Achten sie darauf, dass sie die Entfernung zur richtigen Seite messen. Der Ringumfang liegt bei erwachsenen Frauen meistens zwischen 54 und 58 mm.