

Otururken Kalça Geniřliđi: Ölçüm büyük çap pergeliyle alınmaktadır. Ölçüyü alan kişi bireyin arkasında durur. Oturur vaziyetçe kalçanın yanlarda en fazla geniş olduğu noktalardan ölçü alınır.

Ayak Uzunluğu: Ölçüm padometre ile alınmaktadır. Bireyin ayağı yere sabit basıyorken, ayağın arkadaki en çıkıntılı noktası olan pternion noktası ile önde en çıkıntılı parmağın acropodion noktası arasındaki mesafe ölçülür.

Ayak Geniřliđi: Ölçüm padometre ile alınmaktadır. Bireyin ayağı yere sabit basıyorken, ayağın yanlarda en çıkıntılı noktaları olan metatarsale tibiale ve metatarsale fibulare noktaları arasında mesafe ölçülür.

Kulaç Uzunluğu: Ölçüm şerit metre ile alınmaktadır. Birey şerit metrenin yapıştırıldığı duvara yüzü dönük olarak durur, sağ ve sol elini yere paralel olacak şekilde yanlara doğru açar. İki dactylion arasındaki mesafe ölçülür.

Boyun Çevresi: Ölçüm şerit metre ile alınmaktadır. Birey boy uzunluğu alınan pozisyondayken Adem Elması üzerinden geçecek şekilde şeritmetre deriye tam temas ettirilerek ölçü alınır.

Göğüs Çevresi: Ölçüm şerit metre ile alınmaktadır. Birey boy uzunluğu alınan pozisyondayken şerit metre mezosternal noktadan geçecek ve yere paralel olacak şekilde deriye tam temas sağlanarak ölçü alınır. Ölçü normal nefes verme esnasında alınmalıdır.

Bel Çevresi: Ölçüm şerit metre ile alınmaktadır. Birey boy uzunluğu alınan pozisyondayken şeritmetre belin en girintili noktalarından geçecek ve yere paralel olacak şekilde deriye tam temas sağlanarak ölçü alınır.

Üst Kol Çevresi: Ölçüm şerit metre ile alınmaktadır. Birey dik durur, kolunu serbest bırakarak vücudundan biraz ayrı tutar. Ölçü omuz ve dirseğin orta hattından, biceps kası seviyesinden alınır.