

## 小腿围怎么量比较好看—如何测量大腿围-股识吧

### 一、如何测量小腿直径？最好有图示。

游标卡尺

### 二、量小腿肚要怎么量??

膝关节以下脚脖以上

### 三、身高163的女生，小腿和大腿的“腿围”要在多少以内，才算的上好看 我45-46kg，算重么，

其实要根据个人的身高和骨架来看的，我的是29厘米，我认为不好看，我想小腿肚是20厘米的周长应该比较好看吧

### 四、如何测量大腿围

测量大腿围的正确方法：1，被测者两腿分开与肩同宽，两腿平均负担体重，测量者将皮尺放在后面臀下横纹处，水平测量大腿一周的围度为大腿围，将测量左右两大腿的围度值相比较，看其左右肌肉发育是否均匀。

2，腿部测量大腿尺寸时，大腿向前伸半步，勿用力，测量臀部下方大腿的部分。

大体上讲，双腿并拢后，两腿之间只有4个小空隙才是最标准的。

扩展资料：标准大腿围的相关概念：1) 身高大腿围指数=(大腿围/身高) × 100  
大小腿围度指数(leg girth index)=(小腿围/大腿围) × 100  
大腿长围度指数(thigh length-girth index)=(大腿围/大腿长) × 100

(2) 下肢根围：以大转子点(tro)为起点，经股腹沟和臀沟至起点的围长。

大腿中部围：在会阴和膝之间的一半处的大腿水平围长。

大腿最小围：膝关节上方，大腿最细处的水平围长

(3) 大腿厚：臀沟下缘处，大腿前、后最突出部位间的纵向水平直线距离。

大腿宽：臀沟下缘处，大腿胫侧和腓侧最突出部位间的横向水平直线距离。

(4) 小腿围/小腿最大围/腿肚围：小腿腿肚最粗处的水平围长。

参考资料来源：大腿围股票百科

## 五、腿围多少才算漂亮呢？

身材还可以啊 何必要减得风都吹得滚啊~~呵呵 不知道你爱穿高跟鞋不  
只要搭配合适的衣服走出去照样吸引眼球的噢 再就是不要暴饮暴食  
然后不要吃宵夜 还有睡前三个小时不吃任何东西 稍微的饥饿感睡更好  
还可以试着喝点普洱茶 普洱茶当称你的第二男友  
只要长期饮用真是瘦身消脂的不二选择 它与一般的减肥茶不一样的  
没有任何副作用而且饮用过后面如桃花色呢 云南的普洱茶是最好的  
反正我是经常饮用 如果你想腿再细点就一定不要吃盐分太高的东西  
遵循少食多餐法 效果一定OK现在世界上任何一款减肥药都是不可能没有副作用的  
什么原生态天然无副作用都是假的 它都会消耗你的胶原蛋白  
让你面黄肌瘦皮肤松脱 加速老化 希望对你有帮助 祝你健康与美丽并存哦

## 六、身高163的女生，小腿和大腿的“腿围”要在多少以内，才算的上好看 我45-46kg，算重么，

怎么可能重，你想多了~ 标准体重(女)=(身高cm-100)x0.9(kg)-2.5(kg)

正常体重：标准体重 + -(多少) 10%

你的标准体重是54.2公斤即121斤，所以你的体重是偏瘦的。

如果你喜欢瘦，那注意保持就可以~

至于大小腿的腿围，我这里有一些数据，前几天新浪上的，你是 163 74.2 50.5 32.6  
19.6 身高 腿长 大腿 小腿 脚踝 150 68.3 46.5 30.0 18.0 153 69.5 47.4 30.5 18.4 155 70.5 48.1  
31.0 18.6 157 71.4 48.7 31.4 18.8 160 72.8 49.6 32.0 19.2 163 74.2 50.5 32.6 19.6 165 75.1 51.2  
33.0 19.8 167 76.0 51.8 33.4 20.0 170 77.4 52.7 34.0 20.4 173 78.7 53.6 34.6 20.8

还有腿好看不好看，有的时候还是要看腿型，直不直，小腿长不长 最后，我说句  
实话，光数据标准是没有用的，不要太苛刻自己，差不多就行了，符合你自己的比  
例，你的气质就可以了，关键是要看整体搭配舒服不舒服，心态比较重要，爱笑的  
女孩比较招人喜欢~

## 参考文档

[下载：小腿围怎么量比较好看.pdf](#)

[《股票委托多久才买成功》](#)

[《社保基金打新股票多久上市》](#)

[《一只股票从增发通告到成功要多久》](#)

[《股票大盘闭仓一次多久时间》](#)

[下载：小腿围怎么量比较好看.doc](#)

[更多关于《小腿围怎么量比较好看》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/read/35195465.html>