

Wykonaj trzy swoje zdjęcia (przód, bok, tył sylwetki).

Bądź wyprostowana, ręce trzymaj wzdłuż sylwetki.

Zdjęcia powinna zrobić osoba trzecia, ponieważ samodzielnie zrobione często zniekształcają postawę.

Ubierz się w przylegające rzeczy ( najlepiej ciemne) lub jedynie w bieliznę.

Ustaw aparat mniej więcej na wysokości środka sylwetki.