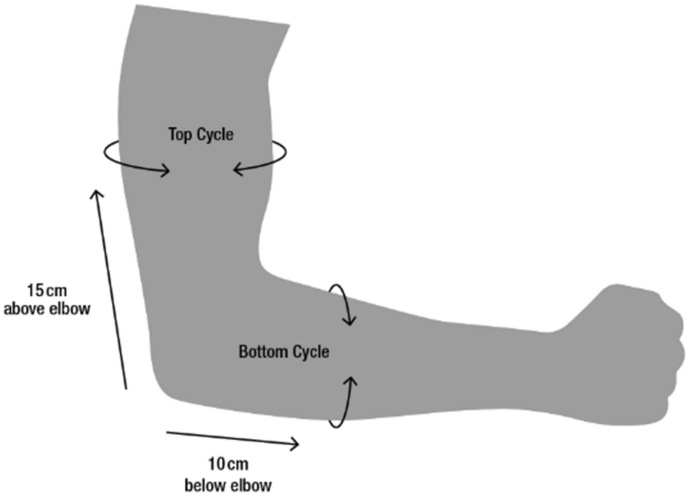
# ELBOW PROTECTION

| SIZE | 15 CM ABOVE ELBOW | 10 CM BELOW ELBOW |
|---|---|---|
| S | 26 – 28,5 cm | 21 – 24,7 cm |
| M | 28,5 – 30,5 cm | 24,7 – 26,7 cm |
| L | 30,5 – 32,5 cm | 26,7 – 28,7 cm |
| XL | 32,5 – 34,5 cm | 28,7 – 30,7 cm |
| - | - | - |
| S | 10,2 – 11,2 inch | 8,3 – 9,7 inch |
| M | 11,2 – 12 inch | 9,7 – 10,5 inch |
| L | 12 – 12,8 inch | 10,5 – 11,3 inch |
| XL | 12,8 – 13,6 inch | 11,3 – 12,1 inch |




# KNEE PROTECTION

| SIZE | 10 CM ABOVE KNEE | 15 CM BELOW KNEE |
|---|---|---|
| S | 37,7 – 41,8 cm | 33,5 – 36,1 cm |
| M | 41,8 – 44,2 cm | 36,1 – 38,3 cm |
| L | 44,2 – 46,6 cm | 38,3 – 40,5 cm |
| XL | 46,6 – 49 cm | 40,5 – 44,3 cm |
| - | - | - |
| S | 14,8 – 16,5 inch | 13,2 – 14,2 inch |
| M | 16,5 – 17,4 inch | 14,2 – 15,1 inch |
| L | 17,4 – 18,3 inch | 15,1 – 16 inch |
| XL | 18,3 – 19,2 inch | 16 – 17,4 inch |

