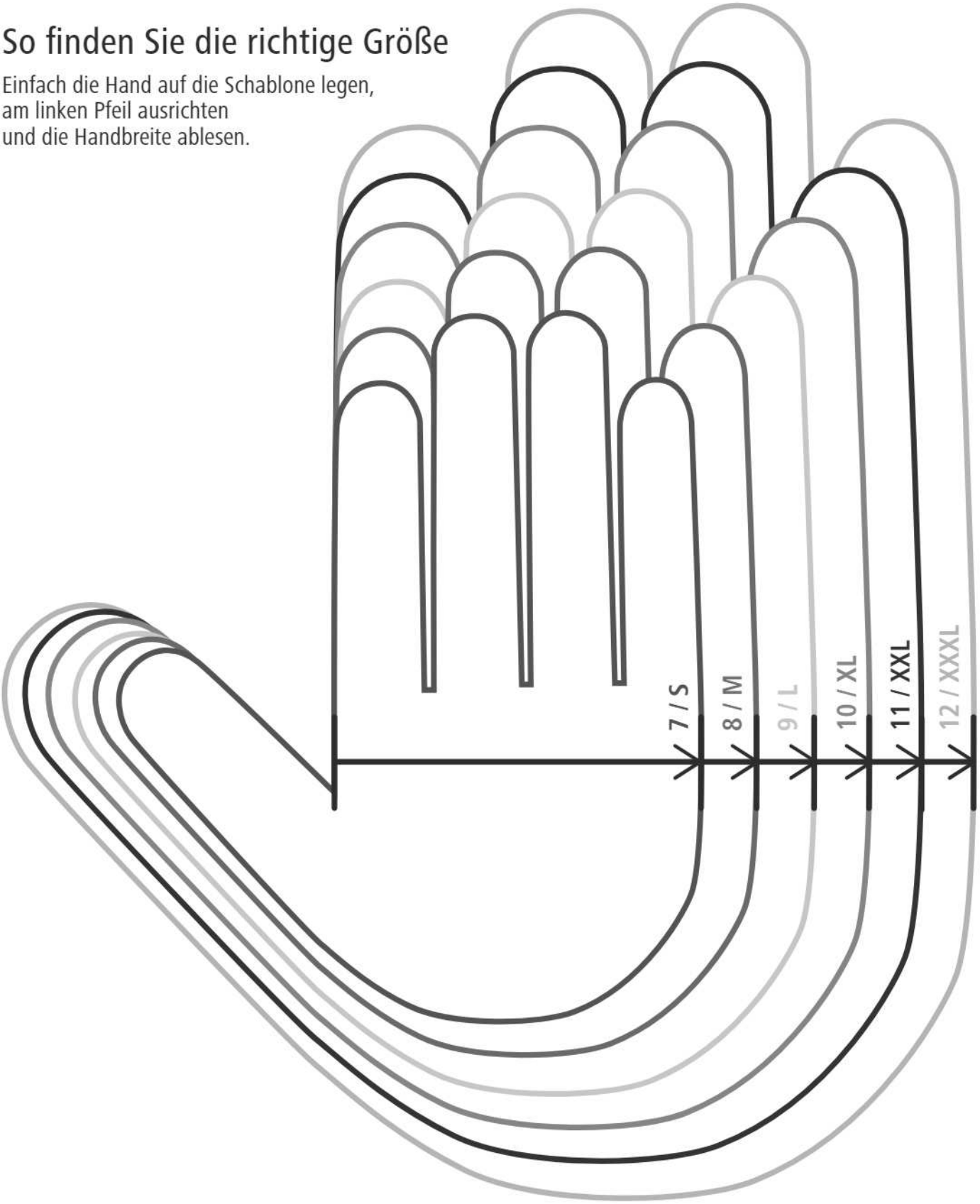
So finden Sie die richtige Größe

Einfach die Hand auf die Schablone legen,
am linken Pfeil ausrichten
und die Handbreite ablesen.