

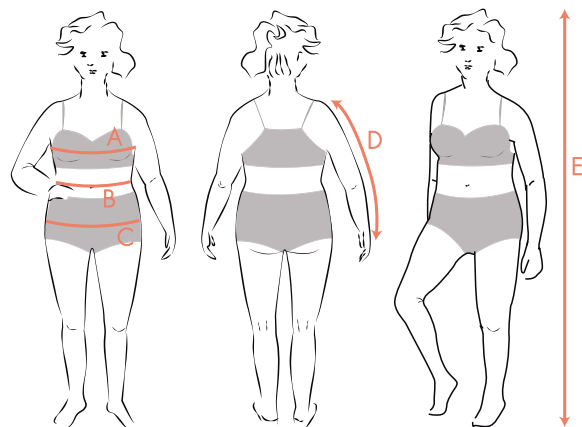
Maßtabelle Körper										
Größe	32	34/XS	36/S	38/M	40/L	42/XL	44	46	48	
A: Brustumfang	80	84	88	92	96	102	108	114	120	
B: Taillenumfang	64	68	72	76	82	88	96	102	108	
C: Hüfte	86	92	96	100	104	110	116	122	128	
D: Armlänge	59	59,5	59,5	60	60	60,5	60,5	61	61	
E: Körpergröße	166	167	167,5	168	169	169	169	169	169	



MASSNEHMEN KÖRPER

Trage zum Maß nehmen entweder Unterwäsche oder enge Kleidung. Ein flexibles Maßband (150-200cm) ist ein praktisches Werkzeug dafür. Um genaue Maße zu erhalten, lässt du dich von jemandem vermessen.

A: Die weiteste Stelle der Brust, gemessen über den Rücken. B: Üblicherweise die schmalste Stelle des Oberkörpers; ansonsten die Stelle, an der ein Rock sitzen soll. C: Die weiteste Stelle des Gesäßes. D: Beginne am obersten Punkt der Armkugel. Arm anwinkeln und über Ellbogen bis zum Handknöchel messen. E: Barfuß an eine Wand stellen und mit einem Bleistift gerade über dem Kopf eine Markierung an der Wand einzeichnen.



Meine Maße:

Größe _____

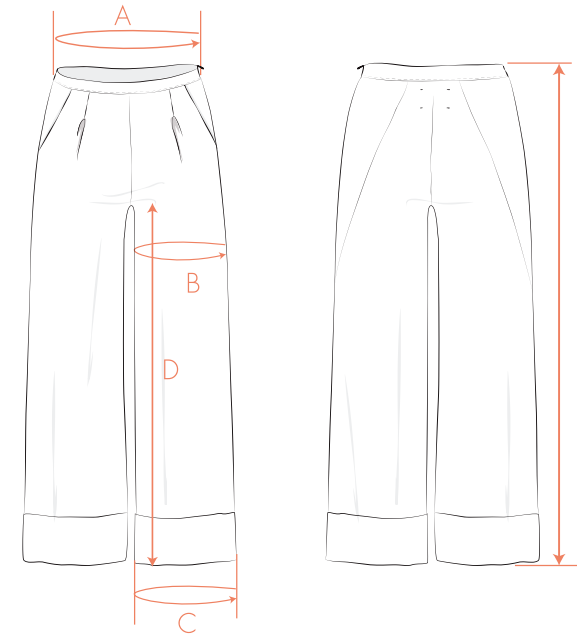
A: Brustumfang _____

B: Taillenumfang _____

C: Hüfte _____

D: Armlänge _____

E: Körpergröße _____



MASSNEHMEN MODELL

Die Maße werden am flach liegenden Kleidungsstück abgenommen. Bitte beachte, dass je nach verwendetem Stoff die Maße abweichen können.

Maßtabelle Hose Luise										
Größe	32	34	36	38	40	42	44	46	48	
A: Bundumfang	73,6	77,6	81,6	85,6	89,6	95,6	101,6	107,6	113,6	
B: Oberschenkelumfang	59,2	61,2	63,2	65,2	67,2	70,2	73,1	76	79	
C: Saumumfang	45,5	47,5	49,5	51,5	53,5	55,5	57,5	59,5	61,5	
D: Innenbeinlänge (inkl. Saum)	79,5	79,5	79,5	79,5	79,4	79,5	79,6	79,6	79,7	
E: Aussenbeinlänge (inkl. Bund + Saum)	104,1	104,6	105,1	105,6	106,1	106,8	107,5	108,2	108,9	



8. Als nächstes werden die Rückteile zusammengefügt. Nähe dazu Rückteil 1/2 an Rückteil 2/2. Achte dabei unbedingt auf die Markierungen. Das Teil 2/2 wird mit der kurvigen Seite auf die gerade von Teil 1/2 gesteckt. Nutze dabei viele Nadeln um Falten zu vermeiden.



9. Nähe und versäubere die Strecke. Die Nahtzugabe wird zum Teil 1/2 gebügelt. (kleiner Tipp: von rechts bügeln vermeidet ungewollte Falten)



10. Jetzt wird der hintere Schritt geschlossen. Wie bei der Vorderseite wird gesteckt, genäht und versäubert.



11. Anschließend widmen wir uns den Außenbeinnähten. Versäubere dazu die Kanten der Seite einzeln, auf der du den Reißverschluss einsetzen möchtest. Die andere Seite schließt du komplett und versäuberst die Nahtzugaben gemeinsam. Bei dieser Naht kannst du am Beginn des Taschenbeutels einen kurzen Riegel setzen, um den Eingriff noch stabiler zu machen.



AUF WELCHE SEITE KOMMT DER REISSVERSCHLUSS HIN? ÜBLICHERWEISE IST DIE LINKE SEITE FÜR RECHTSHÄNDER UND DIE RECHTE SEITE FÜR LINKSHÄNDER VORGEGEHEN.

12. Um den Reißverschluss einsetzen zu können, bringen wir den Bund an. Zur Vorbereitung bekleben wir dessen Rückseite mit einer farblich passenden Bügelflies. Schütze dein Bügelbrett und Bügeleisen hierbei, indem du Backpapier um das zu bügelnde Teil legst.

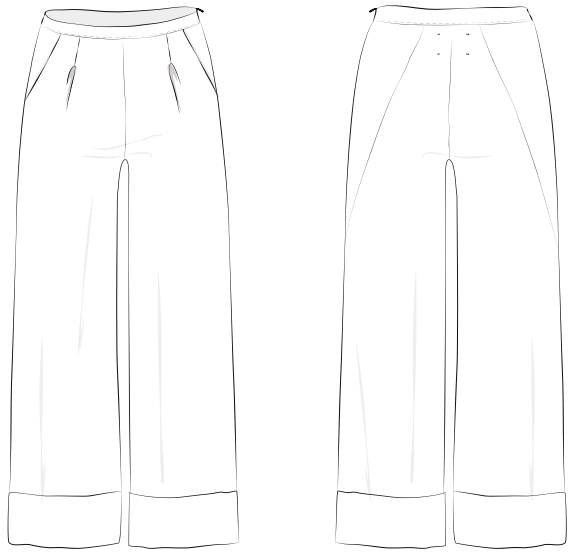


13. Stecke den Bund an die obere Kante der Hose. Halte dabei die Markierungen ein, um den Bund gleichmäßig du ohne Verzug einzunähen. Achte darauf, dass die Nahtzugaben der Hosennähte wie gebügelt liegen.



GLEICH GEHT'S AN DEN REISSVERSCHLUSS. ALSO NOCHMAL KURZ DURCHATMEN UND VIELLEICHT EINE UNSERER IDEEN FÜR EINE PAUSE GENIEßEN. INSPIRATION FINDEST DU UNTER CLAIREMASSIEU.COM/ACHTSAMKEIT.

I DID IT OHLALA:



*

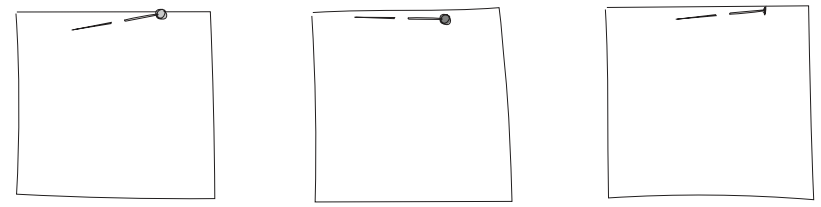
MEIN HOSE LUISE

genäht am: _____

was ich am Schnitt verändert habe: _____

* die Zeichnung oben kann ausgemalt oder mit Anmerkungen versehen werden.

verwendeter Stoff:



meine Hose hat diese Extras: _____

das würde ich beim nächsten Mal anders machen: _____

ich habe Folgendes gelernt: _____
