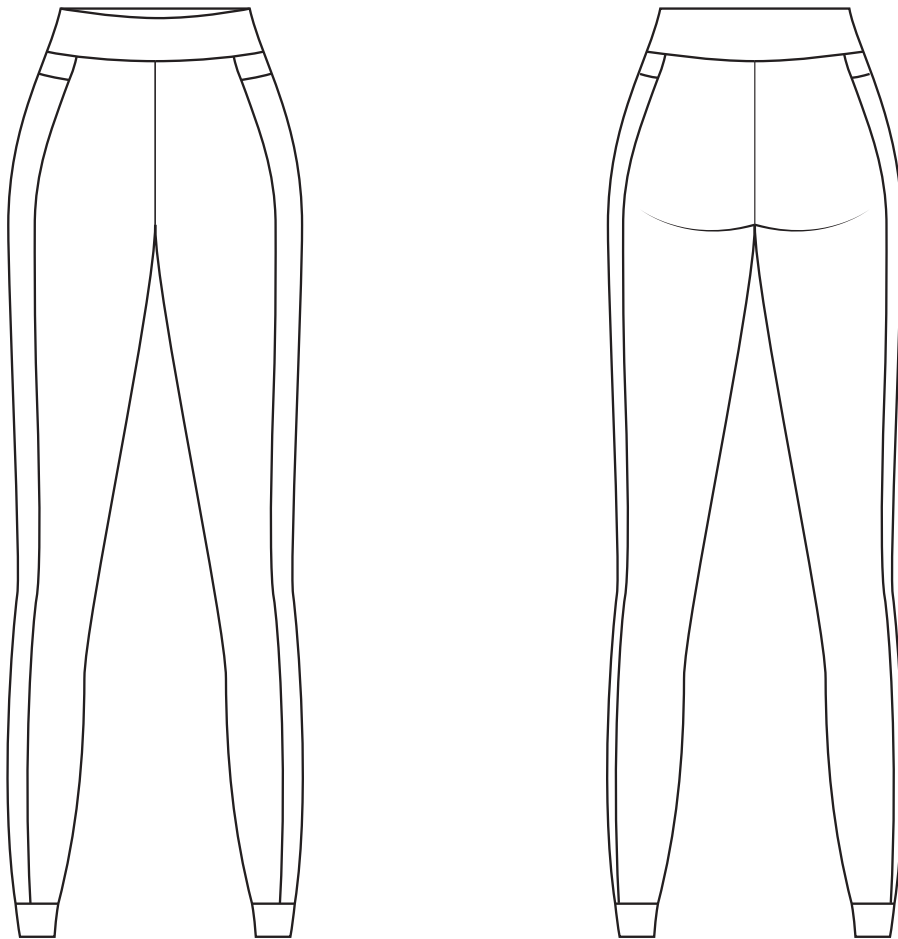


# Leggings Jumppea

Größe 32 – 60

Leggings aus bi-elastischen Jerseystoffen mit optionalen seitlichen Eingrifftaschen.



**eBook** Fotoanleitung und  
Schnittmuster zum Sofortdownload

# Inhalt

Über den Schnitt & Optionen .....	3
Schnittmuster .....	4
Material .....	5
Erklärung zu Begriffen .....	5
Allgemeines zum Nähen .....	5
Auswahl der richtigen Größe und Anpassung .....	6
Zuschnitt .....	9
Nähanleitung .....	11
Rechtliches .....	17
Adresse für Fragen .....	17
Designbeispiele .....	17



Mehr Schnittmuster und  
kostenlose Tutorials findest du  
auf:  
[www.naahgluck.de](http://www.naahgluck.de)

# Über den Schnitt & Optionen

Die Leggings Jumppa ist eine sportliche Leggings die mit oder ohne praktische Seitentaschen genäht werden kann. Sie ist nicht nur für den Sport geeignet, sondern kann auch ganz schlicht als Alltagsbegleiter verwendet werden.

Im Folgenden werden alle Schritte bis zur fertigen Leggings einzeln dokumentiert.

Viel Spaß beim Nähen wünscht dir deine Sophie

## Die verschiedenen Optionen

### Mit Seitentasche



### Ohne Seitentasche



# Material

Du benötigst Jersey mit Elasthan. Der Schnitt ist für bi-elastischen Baumwolljersey mit 4–6 % Elasthan konstruiert, der in etwa eine Dehnbarkeit von 15 % quer und eine Dehnbarkeit von 5 % längs besitzt. (Du kannst die Dehnbarkeit so testen: 10 cm Stoff müssen leicht auf 11,5 cm Breite gedehnt werden können und leicht auf 10,5 cm Länge gedehnt werden können). Änderungen für weniger oder mehr dehnbare Stoffe findest du in den Tabellen auf den nächsten Seiten.

Stoffverbrauch in cm für eine Stoffbreite von 150 cm

Größe	32	34	36	38	40	42	44	46
Jersey	130							
Jersey ohne Tasche	110							

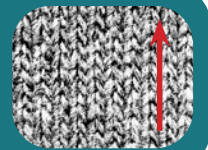
  

Größe	48	50	52	54	56	58	60
Jersey	140					150	160
Jersey ohne Tasche	125	130	135			150	160

## Erklärung zu Begriffen

- Fadenlauf – Der Fadenlauf ist parallel zum Stoffrand. Bei Jersey und Sweat kannst du ihn auch im Muster erkennen.
- rechte Seite/ linke Seite – die rechte Seite des Stoffes ist die „schöne“ bedruckte Seite. Bei Single-Jersey ist dies die Seite, auf der du das glatte Strickmuster erkennen kannst.
- Bruch – Falte deinen Stoff parallel zum Fadenlauf und lege die Schnittteile entlang dieser Kante auf.
- Nahtzugabe – Die Nahtzugabe ist der Platz, der zum Nähen benötigt wird. Die Linien im Schnittmuster entsprechen der Linie, auf der später genäht wird. Ich empfehle dir rund um dein Schnittmuster eine Nahtzugabe von 1 cm zu lassen.
- Absteppen – Nachdem eine Naht genäht wurde, wird von der rechten Seite ca. 2 mm neben der Naht erneut mit einem Geradstich genäht, so dass die Nahtzugabe fixiert wird.

Fadenlauf und rechte Stoffseite



## Allgemeines zum Nähen

Zum Nähen mit Jerseystoffen solltest du eine Jersey- oder Stretchnadel verwenden. Du kannst zum Nähen eine normale Maschine mit einem dehnbaren Stich oder eine Overlock-Nähmaschine benutzen. Die meisten Jerseystoffe müssen nicht versäubert werden.

Elastische Stiche deiner Maschine

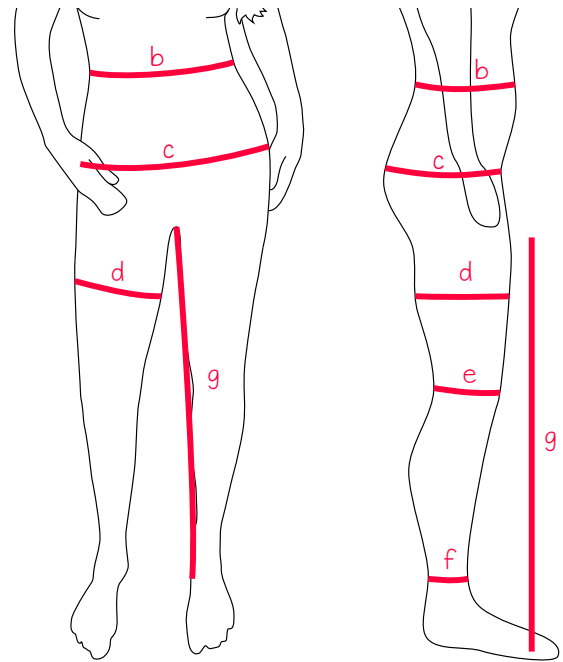


# Auswahl der richtigen Größe und Anpassung

Jede von uns ist einzigartig, so auch du. In der untenstehenden Tabelle findest du alle für die Größenauswahl und Anpassung benötigten Körpermaße.

Miss die benötigten Körpermaße. Lass dir dabei helfen oder mache dies vor dem Spiegel, denn sonst liegt das Maßband oft sehr schräg. Wähle deine Größe nach dem Hüftumfang aus.

Wie du dein Schnittmuster ganz individuell anpassen kannst, beschreibe ich dir auf den nächsten Seiten.



	32	34	36	38	40	42	44	46
Taillenumfang (b)	61 – 65	64 – 68	67 – 71	70 – 74	75 – 79	80 – 84	85 – 89	90 – 94
Hüfte (c)	83 – 87	87 – 91	91 – 95	95 – 99	99 – 103	103 – 107	107 – 111	111 – 115
Oberschenkelumfang (d)	50	52	54	56	58	60	62	64,5
Knieumfang (e)	34	35	36,5	37,5	39	40	41	42,5
Fesselumfang (f)	21	21,5	22	22	22,5	22,5	23	23,5
Innenbeinlänge bis zum Boden (g)	81	81	80,5	80	79,5	79	79	78,5

	48	50	52	54	56	58	60
Taillenumfang (b)	95 – 100	101 – 105	106 – 112	111 – 118	119 – 124	125 – 130	131 – 136
Hüfte (c)	116 – 121	122 – 127	128 – 133	134 – 139	140 – 145	146 – 151	152 – 157
Oberschenkelumfang (d)	67	70	73	75,5	78,5	81	84
Knieumfang (e)	44	45	46,5	47,5	49	50	51,5
Fesselumfang (f)	24	25	25,5	26	27	27,5	28
Innenbeinlänge bis zum Boden (g)	78	77	76,5	76	75,5	75	74

Maßtabelle. Angaben der Maße in cm

# Rechtliches

Mit dem käuflichen Erwerb des Schnittmusters und der Anleitung ist es dir gestattet Einzelstücke zu verkaufen. Eine namentliche Angabe der Quelle ist hierbei verpflichtend. Für eine Produktion von mehr als 10 Stück muss eine Nutzungserweiterung ab 5€ gekauft werden: [naahgluck@online.de](mailto:naahgluck@online.de).

Die Weitergabe, Kopie und Tausch des Schnittmusters sind nicht gestattet.

## Fragen?



Wenn du noch Fragen hast, so kannst du mir gern unter [naahgluck@online.de](mailto:naahgluck@online.de) mit dem Betreff „Frage zu Nähglück Leggings Jumppa“ eine eMail senden. Ich versuche schnellstmöglich zu antworten.

## Designbeispiele

Alle Größen wurden liebevoll von meinem Nähteam mit verschiedenen Materialien getestet. Hier kannst du dir Ideen und Anregungen für deine persönliche Leggings holen.



