

## Materialbedarf

### Regulär-Größe

- 32-42 = 1 m (kurzer Ärmel)  
bis 1,30 m (langarm Version)
- 44-50 = 1,20 m (kurzer Ärmel)  
bis 1,5 m (langarm Version)
- 52-56 = 1,5 cm (kurzer Ärmel)  
bis 1,80 m (langarm Version)

Jerseystoff, Interlock,  
Wirkware, Feinstrick,  
Sommersweat, elastische Spitze  
am besten bi-elastisch

- 2 m schmales, dünnes Wäsche-  
gummi

- 3 kleine Druckknöpfe ca. 5mm  
(zum selber annähen oder mit  
Zange)

### Petite-Größe

- 32-42 = 1 m (kurzer Ärmel)  
bis 1,20 m (langarm Version)
- 44-50 = 1,20 m (kurzer Ärmel)  
bis 1,3 m (langarm Version)
- 52-56 = 1,5 cm (kurzer Ärmel)  
bis 1,60 m (langarm Version)

Jerseystoff, Interlock,  
Wirkware, Feinstrick,  
Sommersweat, elastische Spitze  
am besten bi-elastisch

- 2 m schmales, dünnes Wäsche-  
gummi

- 3 kleine Druckknöpfe ca. 5mm  
(zum selber annähen oder mit  
Zange)

# Materialkunde

## Jersey, Wirkware und Elastics...Eines vorab:

Ich empfehle dir für dein Projekt „Body-Baukasten“ einen elastischen Stoff mit einem Elasthananteil von mindestens 5% zu verwenden. Baumwolljersey ist eine super Wahl. Auch hochwertige Industriefasern aus natürlichen Polymeren wie Modal, Viskose oder Bambus eignen sich hierfür gut. Wer auf Nummer sicher gehen will, was die Hautverträglichkeit angeht, sollte reine Baumwolle, besser noch BIO oder anders zertifizierte Meterware verwenden. Das ist nicht nur gut für die Umwelt. Deine zarte Haut wird es dir danken. Doch wie im Vorwort schon geschrieben, achte immer auf hochwertiges Material und auf dessen Pflege, so wird dein DIY Wäscheprojekt zur SLOW FASHION. Generell sollte der Stoff deiner Wahl in beide Richtungen elastisch sein, um einen super bequemen Body anzufertigen, der deinen Alltag mit macht.

## Was zeichnet diese Stoffe in ihrem Trageverhalten aus?

Die individuelle Materialauswahl wird sich immer auf die Passform des Schnittes auswirken. Bei hoch elastischer Ware wird sich die Wäsche anschmiegen, bei einer weniger elastischen Stoffauswahl wird das fertige Teil ein wenig fester sitzen.

Jersey und Maschen- oder Wirkware sind für Wäscheartikel geeignet. Sie schmiegen sich an deinen Körper an. Sind bequem und dehnfähig. Die Materialien, die im Unterwäschebereich ihren Einsatz finden, sind meist sehr weich, anschmiegsam und garantieren eine hohe Bewegungsfreiheit.



# Größentabelle in cm

## Entscheide dich für eine Größe.

Die einzelnen Werte dieser Tabelle sind Durchschnittswerte. Es sollte dir nicht schwer fallen, dich für eine Größe zu entscheiden. Nimm die Größe, die deinen Angaben am Nächsten kommt. Im Zweifel entscheide dich für die größere Konfektionsgröße.

## Regulär 32-50 (ab einer Körpergröße von ca. 1,64 m)

Bei Petite 32-50 (ab einer Körpergröße von ca. 1,55-163 m) hast du einen Spielraum von 1-2 cm weniger bei den Maßen (also z.B. Brustumfang 74-78 bei Gr.32 und so weiter)

Größe	Oberarmumfang	Brustumfang	Taillenumfang	Oberschenkelumfang
32	25	76-79	60-64	55
34	26	80-83	65-67	56
36	27	84-86	68-71	57
38	28	87-90	72-75	58,5
40	29	91-95	76-79	60,5
42	30,5	96-99	80-83	63,5
44	31,5	100-103	84-87	64,5
46	33	104-109	88-93	65,5
48	34,5	110-115	94-99	67
50	36,5	116-119	100-106	68,5

Während des Probenähens haben wir beschlossen den Hüft- oder Gesäßumfang für dieses Projekt aus den Messstrecken zu entfernen. Dieser hat die Wahl der Größe in den meisten Fällen verfälscht.

## Hier ist Platz für deine Maße


# Größentabelle in cm

## Entscheide dich für eine Größe.

Die einzelnen Werte dieser Tabelle sind Durchschnittswerte. Es sollte dir nicht schwer fallen, dich für eine Größe zu entscheiden. Nimm die Größe, die deinen Angaben am Nächsten kommt. Im Zweifel entscheide dich für die größere Konfektionsgröße.

## Regulär 40-58 (ab einer Körpergröße von ca. 1,64 m)

Bei Petite 40-58 (ab einer Körpergröße von ca. 1,55-163 m) hast du einen Spielraum von 1-2 cm weniger bei den Maßen (also z.B. Brustumfang 89-94 bei Gr.40 und so weiter)

Größe	Oberarmumfang	Brustumfang	Taillenumfang	Oberschenkelumfang
40	29	91-95	76-79	55
42	30,5	96-99	80-83	56
44	31,5	100-103	84-87	57
46	33	104-109	88-93	58,5
48	34,5	110-115	94-99	60,5
50	36,5	116-119	100-106	63,5
52	38	120-127	107-113	64,5
54	40	128-133	114-119	65,5
56	42	134-139	120-126	67
58	43,5	140-145	127-133	68,5

Während des Probenähens haben wir beschlossen den Hüft- oder Gesäßumfang für dieses Projekt aus den Messstrecken zu entfernen. Dieser hat die Wahl der Größe in den meisten Fällen verfälscht.

## Hier ist Platz für deine Maße


**2** Fixiere die hinteren Seitenteile r-a-r auf dem Rückenteil und schließe die beiden Nähte mit einer elastischen Schließnaht. Nähe auf den Seitenteilen.

Optional kannst du die NZ zum Rückenteil legen und sie mit einem elastischen Nähmaschinenstich annähen.



**3** Lege das Rückteil r-a-r auf das Vorderteil. Fixiere die Schulternähte mit wenigen Stecknadeln. Schließe sie mit einer elastischen Schließnaht. Nähe auf dem Rückenteil.

**Optional** kannst du die Nahtzugabe zum Vorderteil legen und sie mit einem elastischen Nähmaschinenstich annähen.



**4** Lege die Armkugel r-a-r auf den Armausschnitt. Fixiere die Kugel mit Stecknadeln. Achte auf den Schulterzwick und die Markierungen, die das Vorderteil der Armkugel kennzeichnen. Schließe die Naht mit einer elastischen Schließnaht. Verteile die Weite der Kugel gleichmäßig auf deinen Einnähbereich.



Weiter geht es mit deiner ausgewählten Ausschnittart....