

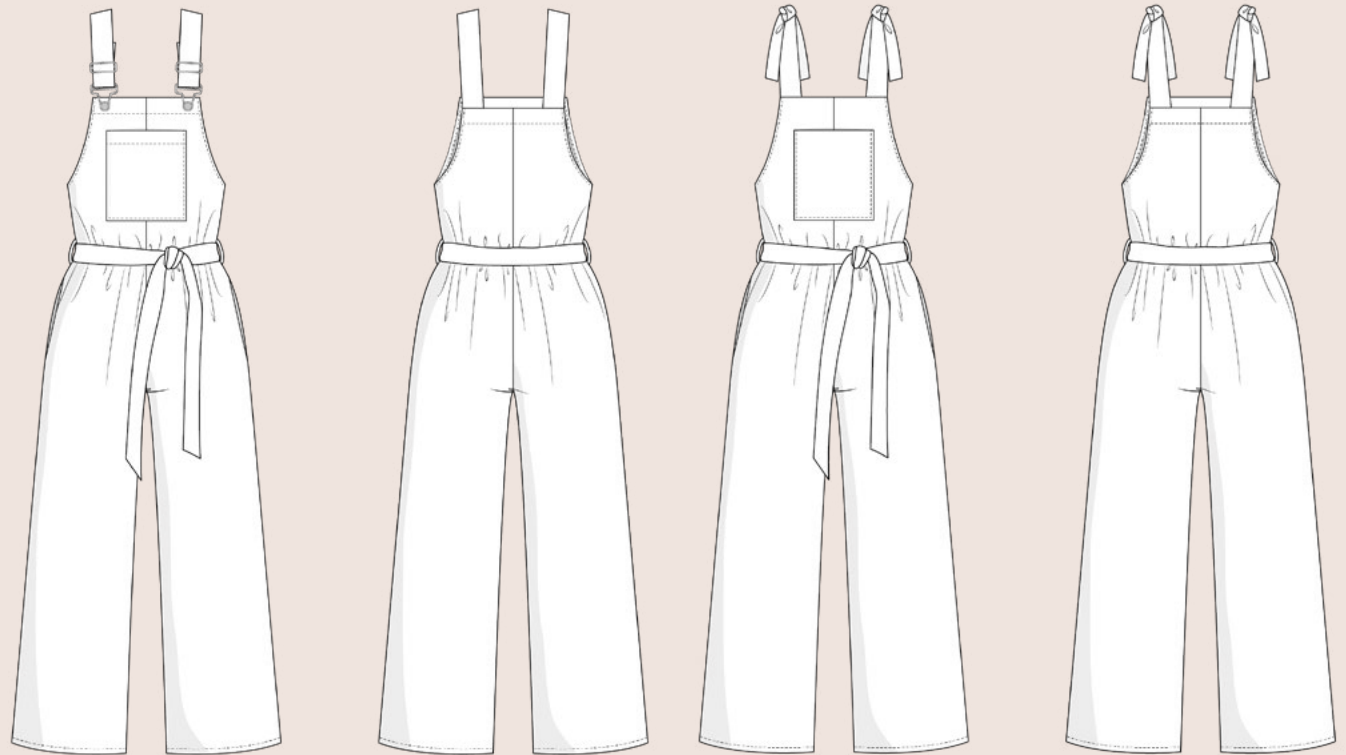


XS - XXL
34 - 44

Salopette / Jumpsuit

Instructions de couture

[#jumpsuitleyla](#)



Matériel

Matériel

» [Ciseaux de couture](#), aiguilles à coudre, fer à repasser, fil assorti au tissu.

Recommandation sur le tissu

Comme le devant et le dos sont chacun constitués d'une pièce découpée, il est recommandé d'utiliser un tissu léger pour la version longue, sinon le vêtement sera un peu lourd et ne tombera pas bien. Vous pouvez par exemple utiliser les tissus suivants :

» [Lin](#), Ramie, [Tencel](#), Mousselin

» [Viscose](#), Lin/ Viscose

» Tissus légers en [coton](#)

Facultatif : pour la version avec attaches salopette

» [Des boucles](#)

La coupe est adaptée à des boucles de [4 cm de large](#). Pour les tissus plus légers, vous pouvez également utiliser des boucles de [3 cm de large](#). Il suffit ensuite de rétrécir les sangles d'un centimètre de large.

» [Les boutons](#) peuvent être achetés pour correspondre aux boucles ou simplement utiliser les boutons de pantalon.

» Utilisez un morceau d'entoilage thermocollant, par exemple de la [Vlieseline H180](#), de la taille de la parementure avant, pour renforcer les boucles.

Métrage du tissu en cm, version courte

Largeur du tissu	XS 34	S 36	M 38	L 40	XL 42	XXL 44
115	180	180	180	190	200	210
150	160	170	180	190	200	210

Métrage du tissu en cm, version longue

Largeur du tissu	XS 34	S 36	M 38	L 40	XL 42	XXL 44
115	280	280	280	290	300	300
150	220	220	260	270	280	290

(Métrage du tissu en yard, page 19)



Instagram: [@makeityourstheLabel](#)

Website: [www.miythelabel.com](#)

Pinterest: [Make It yours - the Label](#)

Tableau des tailles

Pour que le vêtement fini vous aille parfaitement, il est nécessaire que vous preniez les mesures exactes ! Veillez lors de la prise de vos mesures à garder le mètre ruban bien à l'horizontale et à ne pas le tenir trop serré ou trop lâche.

Vous connaissez déjà vos mensurations ? Dans ce cas, vous pouvez choisir la bonne taille dans le tableau ci-dessous.

Tableau des tailles finies

Dans ce tableau, vous trouverez les mesures du vêtement fini :

Mesures en cm	XS 34	S 36	M 38	L 40	XL 42	XXL 44
Poitrine	87	92	97	102	107	112
Taille	85,5	90,5	95,5	100,5	105,5	110,5
Hanche	97	102	107	112	117	122
Pantalon Jambe	75,3	74,8	74,3	73,8	73,3	72,8

Tableau des mensurations

Les dimensions finies correspondent approximativement aux mensurations suivantes :

Mesures en cm	XS 34	S 36	M 38	L 40	XL 42	XXL 44
Poitrine	68-78	78-88	88-98	98-108	108-118	118-128
Taille	52-62	62-72	72-81	82-92	92-102	102-112
Hanche	76-86	86-96	96-106	106-116	116-126	126-136

La hauteur de référence est de 168 cm.



Instagram: [@makeityourstheLabel](https://www.instagram.com/makeityourstheLabel)
Website: www.miythelabel.com
Pinterest: [Make it yours - the Label](https://www.pinterest.com/makeityourstheLabel)

Avant de commencer : Planification du projet

Utilisation des dessins

Coudre soi-même ses vêtements est à mon avis la solution la plus adaptée pour avoir des vêtements (neufs) qui durent. Mais cela n'est vrai que si à la fin vous portez vraiment votre vêtement fini ou s'il devient même l'une des pièces préférées de votre garde-robe.

Pour vous aider à planifier votre projet de couture, je vous fournis des dessins des différentes versions de la combinaison. Vous pouvez travailler avec ces dessins de la façon suivante :

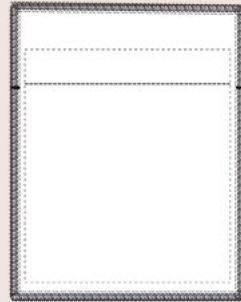
» **Au format PDF** : Sur les deux pages suivantes, vous trouverez les dessins au format PDF. Imprimez les pages correspondantes et coloriez-les avec différents motifs / couleurs pour décider des tissus, des combinaisons de couleurs et des motifs. Laissez aller votre imagination et vous trouverez peut-être des idées auxquelles vous n'aviez jamais pensé.

» **Au format PNG** : Dans la section téléchargement, je vous fournis également au format PNG des dessins des différents modèles que vous pouvez importer dans Photoshop ou Procreate. Non seulement ces fichiers numériques sont plus respectueux de l'environnement, mais ils sont aussi très pratiques, car vous pouvez créer et supprimer les couches autant que vous le souhaitez.



Facultatif : coudre la poche avant

3. Dans le cas où vous souhaitez ajouter une poche avant, préparez-la maintenant comme suit :



3.1. Repassez tous les bords surfilés vers l'intérieur d'un centimètre.

3.2. Repassez l'extrémité supérieure de deux centimètres vers l'intérieur jusqu'à la marque (voir schéma/ toutes les marques en pointillés sont repassées).

3.3. Cousez l'extrémité supérieure avec un point droit (vu de l'arrière) à bord étroit.

Conseil : une longueur de point plus importante est préférable ici.

Coudre les bretelles

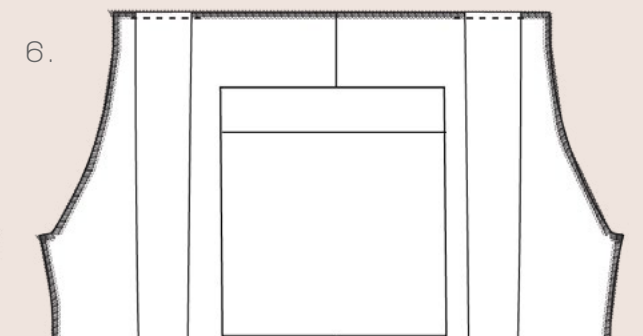
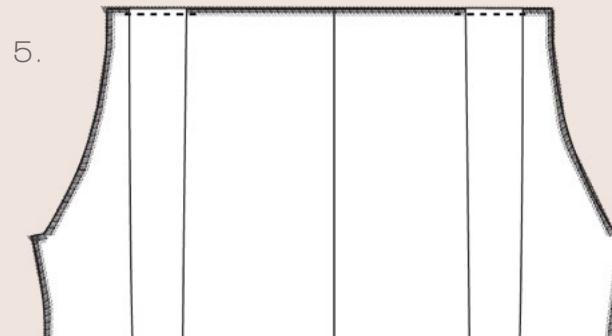
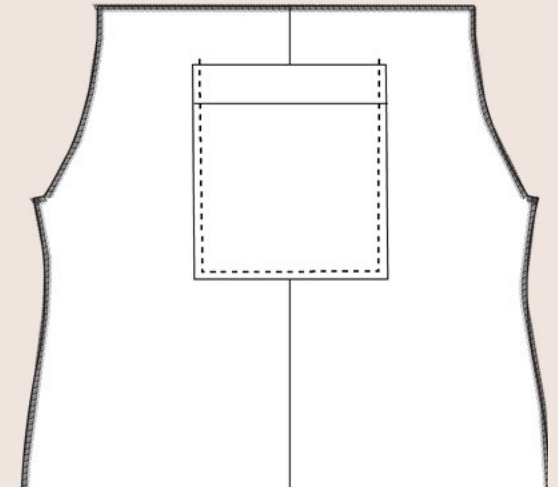
5. Placez les bretelles sur la partie arrière, endroit contre endroit, avec une petite couture auxiliaire sur la marge de couture (voir schéma 5, marge de couture d'environ 0,5 cm). Utilisez le patron ou les encoches pour un positionnement correct des bretelles.

6. Facultatif : si vous cousez la version avec bretelles à nouer, cousez également les deux bretelles avant avec une couture auxiliaire endroit contre endroit.

4. Placez maintenant la poche sur la partie avant.

Utilisez le patron pour vous aider à positionner la poche correctement. Vérifiez à nouveau le positionnement à l'aide d'une règle.

Essayez de surpiquer la poche le plus près possible du bord lorsque vous la cousez.



Conseil : à partir de la taille 40, le plastron se place sur les bretelles de façon à ce que la poitrine soit toujours entièrement couverte. Certaines femmes ont préféré un plastron plus étroit sur des échantillons d'essai. Vous trouverez à la **page 18** des informations sur la façon de coudre un plastron un peu plus étroit.

Tableau des tailles, inches

Tableau des tailles finies

Dans ce tableau, vous trouverez les mesures du vêtement fini :

Mesures en inch	XS 34	S 36	M 38	L 40	XL 42	XXL 44
Poitrine	34	36	38	40	42	44
Taille	32	35	37	39	41	43
Hanche	38	40	42	44	46	48
Pantalon Jambe	29,6	29.4	29.2	29	28.8	28.6

Tableau des mensurations

Les dimensions finies correspondent approximativement aux mensurations suivantes :

Mesures en inch	XS 34	S 36	M 38	L 40	XL 42	XXL 44
Poitrine	27-31	31-35	35-39	39-42	42-46	46-50
Taille	20-24	24-28	28-32	32-36	36-40	40-44
Hanche	29-33	33-37	37-41	41-45	45-49	49-53

Métrage du tissu, version courte

Largeur du tissu	XS 34	S 36	M 38	L 40	XL 42	XXL 44
45"	1.9	1.9	1.9	2.0	2.2	2.2
54-60"	1.7	1.8	1.9	2.0	2.1	2.2

Métrage du tissu, version longue

Largeur du tissu	XS 34	S 36	M 38	L 40	XL 42	XXL 44
45"	3.1	3.1	3.1	3.2	3.2	3.2
54-60"	2.4	2.4	2.8	2.9	3.2	3.2



Crédit photo @mikfinpino