

# HÄLIN

M1213

SWEAT PANTS  
+ SIDE STRIPE

DIGITAL  
SEWING PATTERN

FOR KNITTED  
FABRIC

MAN SIZE  
EU 42-56  
US/UK 32-46  
XS-L

STEP BY STEP  
INSTRUCTION

VIDEO TUTORIAL  
YOUTUBE

SEWING SKILL



ART OF SEWING  
*Bohème*  
DESIGN SEW

MAN

XS  
L

KNIT

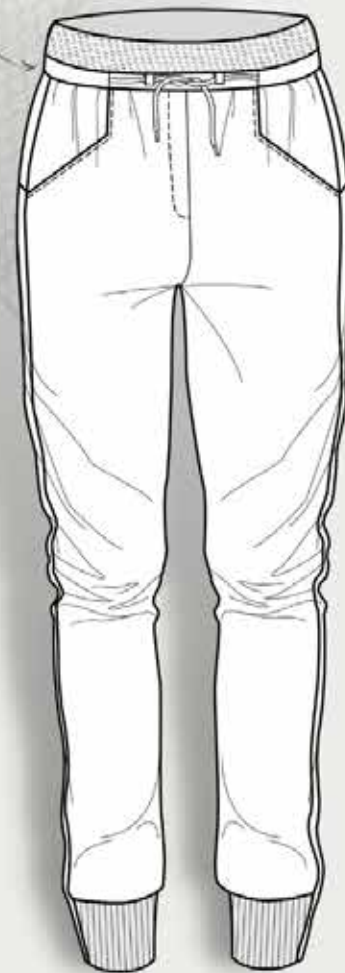
PDF

A4  
LETTER

A0  
36" \* 48"



LOOPS & CORD



CUFF

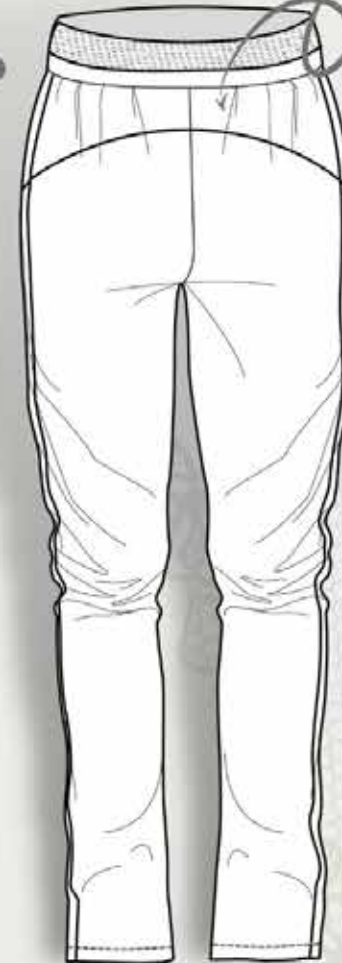
STRIPE



POCKET

CUFF  
7/8

YOKE

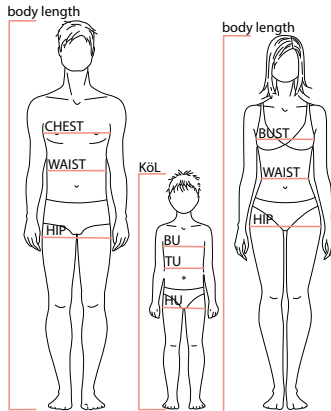


HEMMED

To determine your correct size, please measure yourself and select the size from the size chart from your hip measurement.

waist circumference  
hip circumference  
body length

First compare your measured body length with the value in the chart. Write down the difference and divide it by 2.



Bitte vermesse dich einmal vor dem Zuschnitt und wähle die Größe nach dem passenden HU aus.

TU - Taillenumfang  
HU - Hüftumfang  
KöL - Körperlänge

Vergleiche zunächst deine gemessene KöL mit dem Wert in der Körpermaßtabelle. Notiere die Differenz und teile diese durch 2.

Size	XS	S	S	M	M	L	L	XL	XL
	EU 42	EU 44	EU 46	EU 48	EU 50	EU 52	EU 54	EU 56	EU 58
	US 32	US 34	US 36	US 38	US 40	US 42	US 44	US 46	US 48
	UK 32	UK 34	UK 36	UK 38	UK 40	UK 42	UK 44	UK 46	UK 48
BODY MEASUREMENTS (Körpermaßtabelle)									
WAIST (Taillenumfang)	76cm (29½in)	80cm (31½in)	84cm (33in)	88cm (34½in)	92,5cm (36½in)	97cm (38½in)	101,5cm (40½in)	106cm (41½in)	110cm (43½in)
HIP (Hüftumfang)	93cm (36½in)	96cm (37½in)	99cm (39in)	102cm (40½in)	105,5cm (41½in)	109cm (42½in)	112,5cm (44½in)	116cm (45½in)	120cm (47in)
HEIGHT (Körperlänge)	172cm (67½in)	173cm (68½in)	174cm (68½in)	175cm (68½in)	176cm (69½in)	177cm (69½in)	178cm (70in)	179cm (70½in)	180cm (70½in)

If a width adjustment is necessary, do not cut out the size.

Length adjustments for all variants (cuffs; hemmed; Shorts) are made to the entire leg length (minus the hem allowance)

Example 1:

Waist 80cm, Hip 96cm, Length 178cm, choose the size from the chart Hip = Size 44

Size 44 has a body length of 173cm, compared to the measured length there is a difference of -5 divided by 2 = -2.5 difference.

This means that you have to adjust the length </= 4cm.

Example 2:

Waist 90cm, Hip 105cm, Length 185cm, choose the size from the chart Hip = Size 50

Size 50 has a body length of 176cm, compared to the measured length there is a difference of +9 divided by 2 = +4.5 difference.

This means that you have to adjust the length > 4cm.

Falls noch eine Weitenanpassung notwendig ist, Größe nicht ausschneiden.

Längenanpassungen bei allen Varianten (Bündchen; Gesäumt; kurz), werden auf die gesamte Beinlänge gemacht (abzgl. der Saumzugabe)

Beispiel 1:

TU80, HU96, KöL178cm, dann wird zuerst die Größe nach dem passenden HU ausgewählt = 44

Die 44 hat einen KöL von 173cm, verglichen mit der gemessenen KöL ergibt sich ein Unterschied von -5, geteilt durch 2 = -2,5 Differenz.

Das bedeutet, dass man die Längenanpassung </= 4cm durchführen muss.

Beispiel 2:

TU90, HU105, KöL185cm, dann wird zuerst die Größe nach dem passenden HU ausgewählt = 50

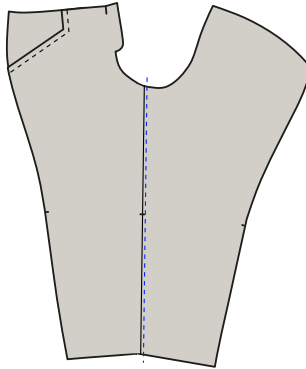
Auch die 50 hat einen KöL von 176cm. Verglichen mit der gemessenen KöL ergibt sich ein Unterschied von +9, geteilt durch 2 = +4,5 Differenz.

Das bedeutet, dass man die Längenanpassung > 4cm durchführen muss.

### Step 3

Spread out the pant leg and press the seam allowance towards the back.

Topstitch the seam allowance from the right side.



### Schritt 3

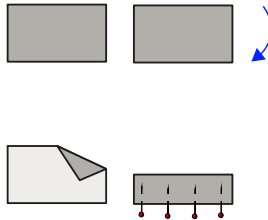
Breite das Hosenbein aus und bügelle die Nahtzugabe ins RT.

Steppe die Nahtzugabe knappkantig von rechts ab.

### Step 4

Fold the cuffs in half (left to left) so that the long sides match. The short sides of the cuffs remain open.

Hemmed variant continue from p.17



### Schritt 4

Falte die Bündchen im Umbruch mittig (links auf links), so dass sich die langen Seiten (Naht D) treffen.

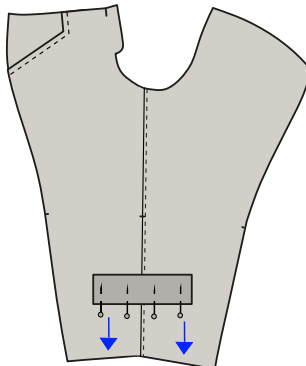
Die kurzen Seiten der Bündchen bleiben offen.

Variante Gesäumt weiter ab S.17

### Step 4

Pin cuff to hem (right sides together).

The cuff should be sewn on with maximum stretch so that the hem is not too loose afterwards.



### Schritt 4

Stecke das Bündchen an den Saum (rechts auf rechts) Naht D.

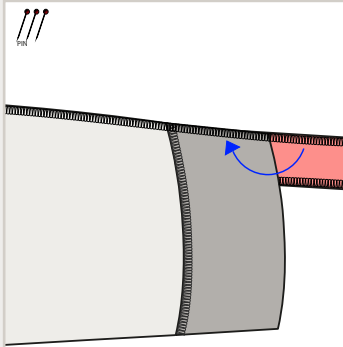
Das Bündchen sollte maximal gedehnt angenäht werden, damit der Saum nachher nicht zu locker ist.

Step 10

Viewed from the side, the layers of fabric form a sandwich.

- stripes
- Cuffs (already connected)
- stripes

Fold the strip around the cuff.



Schritt 10

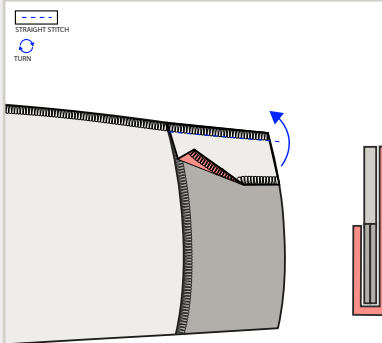
Seitlich betrachtet, bilden die Stofflagen ein Sandwich.

- Streifen
- Bündchen (bereits verbunden)
- Streifen

Schlage den Streifen um das Bündchen.

Step 10

Stitch seam tightly, it forms a bag, turn the bottom corner of the hem inside out.

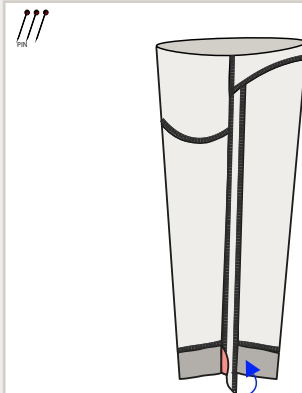


Schritt 10

Steppe die Naht fest, es bildet sich eine Tüte, wende die untere Ecke des Saumes nach außen.

Step 10

Sew the other side of the stripe in the same way.



Schritt 10

Die andere Seite des Streifen wird ebenso angenäht.