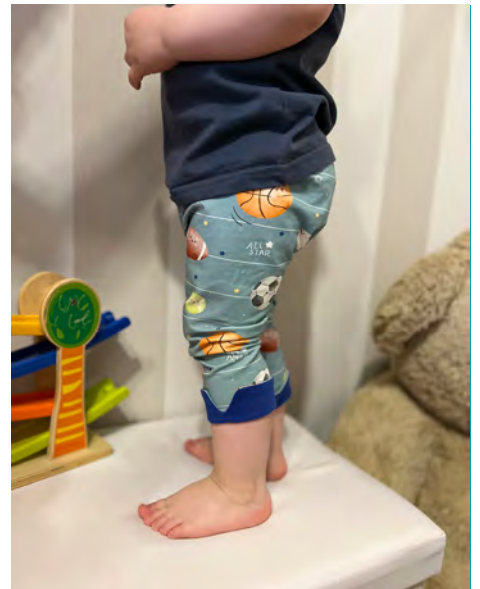


Windelpopper BEINWERK

Slim / *Regular* / *Relax*

Anleitung & eBook für Basic Leggings in 3 Weiten
- von Größe 56 bis 104 -



WERKPLAN
Schrittmannufaktur

Ich freue mich sehr, dass du dich für ein Schnittmuster von WERKPLAN *Schnittmanufaktur* entschieden hast.

Bevor du anfängst, empfiehlt es sich, die Anleitung einmal komplett durchzulesen. Einige Fragen klären sich dann oft schon von selbst! Sollten Fragen oder Unklarheiten offen bleiben oder wenn du einfach etwas nicht verstehst, kontaktiere mich gerne unter **info@werkplan-schnittmanufaktur.de**

Das eBook beinhaltet 3 unterschiedliche Weiten - Slim | Regular | Relax - und ist so aufgebaut, dass diese Basics für die durchschnittlichen Körperbauten ohne große Anpassungen gut sitzen.

Mit diesem eBook erhältst du eine ausführlich bebilderte Anleitung mit vielen Tipps & Tricks. Das eBook beinhaltet das Schnittmuster **BEINWERK** *Windelpapser* in den Einzelgrößen 56 cm bis 104 cm.

Du benötigst Hilfestellung, hast Fragen zur Anleitung oder benötigst weitere Tipps & Tricks?

Dann komm in die Facebook Gruppe **WPS | WERKPLAN NÄHFORUM** und die Community wird dir weiter helfen.

Du möchtest andere inspirieren und deine Werke auf Facebook, Instagram & Co. zeigen?

Verlinke mich unter **@WPS - WerkplanSchnittmanufaktur** und benutze den **HASHTAG #BeinWerk**

Design- und Nähbeispiele findest du **AB SEITE 38** oder unter





Maßtabelle & Stoffverbrauch	4
Übersicht Zuschnittsplan	5
Schnittmuster Anpassungen am Po	7

Allgemeines & Wissenswertes

- Basics - elastische Stoffe vernähen 8
- Basics - Nadelkunde 9
- Schnittmuster Drucken & Kleben 10
- Kleines Nählexikon 11



Grundanleitung

- Delta Saumbeleg 12
- Basic Leggings 18

Bauch & Beinabschlüsse

- Gummibund 20
- Versteckter Gummibund 36
- Bein säumen 23
- Bündchen vorbereiten 24
- Beinbündchen 25
- Bauchbündchen 27



Extras

- Fakeschlitz, Potasche & Krempellasche 29
- Fakeschlitz anpassen 32
- Fakeschlitz annähen 33
- Krempelsaum 34

Designbeispiele Windelpupser (Größe 56 bis 104)	38
----------------------------------------------------------	-----------

Designbeispiele Basic Leggings (Größe 92 bis 164)	39
----------------------------------------------------------	-----------



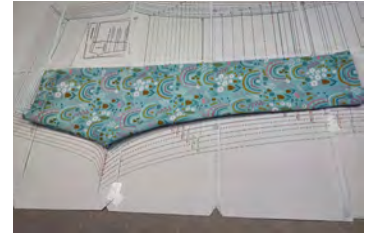
↑ Überschriften & Seitenzahlen sind alle mit den jeweiligen Kapitel verbunden - klicke auf den Titel um die Seite zu öffnen. ↑

→ Seite 3 ←

Immer wenn du in der Anleitung auf die Seitenzahl klickst, wirst du automatisch zurück zum Inhaltsverzeichnis geleitet.

Die Größen sind **BIS GRÖSSEN** und auf die Standardgrößen des Kindes ausgelegt. Du solltest vorher Maß nehmen!

Beispiel: Bei einer Körpergröße von 98 cm bis 103 cm passt noch die Größe 104. Ab 104 cm sollte bereits eine 110 genäht werden.



Wenn du unsicher bist und zwischen zwei oder mehrere Größen stehst, dann lege eine gut sitzende Leggings auf den Schnittbogen/Beamer um die Breiten und Längen zu vergleichen - dies ist ein guter Anhaltspunkt um sich zu orientieren.

Maßtabelle in cm

Größe	56	62	68	74	80	86	92	98
Körpergröße	50 - 55	56 - 61	62 - 67	68 - 73	74 - 79	80 - 85	86 - 91	92 - 97
Slim								
Poumfang	36 - 38	38 - 40	40 - 42	42 - 44	44 - 46	46 - 48	48 - 50	50 - 53
Regular								
Poumfang	38 - 40	40 - 42	42 - 44	44 - 46	46 - 48	48 - 50	50 - 52	53 - 55
Relax								
Poumfang	40 - 42	42 - 44	44 - 46	46 - 48	48 - 50	50 - 52	52 - 55	55 - 57

Stoffempfehlung

Das Schnittmuster ist ausschließlich für dünne, elastische Stoffe wie Baumwolljersey, Sommersweat und French Terry ausgelegt. Bei dickeren oder weniger elastischen Stoffen, wie festem Jersey, angerautem Wintersweat oder Waffelstrickjersey, solltest du vorher die Dehnbarkeit prüfen und gegebenenfalls in der Breite eine Nummer größer wählen. Wenn du bezüglich der Weite unsicher bist, dann nimm zuerst eine Probeleggings bevor du den guten Stoff zuschneidest.

Stoffverbrauch

Größe	56	62	68	74	80	86	92	98
Stoff Höhe / Breite								
Kurze Hose	30 /	30 /	35 /	35 /	35 /	40 /	40 /	40 /
3/4 Hose	35 / 70	35 / 75	40 / 80	45 / 85	50 / 90	50 / 95	50 / 100	50 / 105
Lange Hose	40 /	40 /	45 /	55 /	60 /	65 /	65 /	75 /

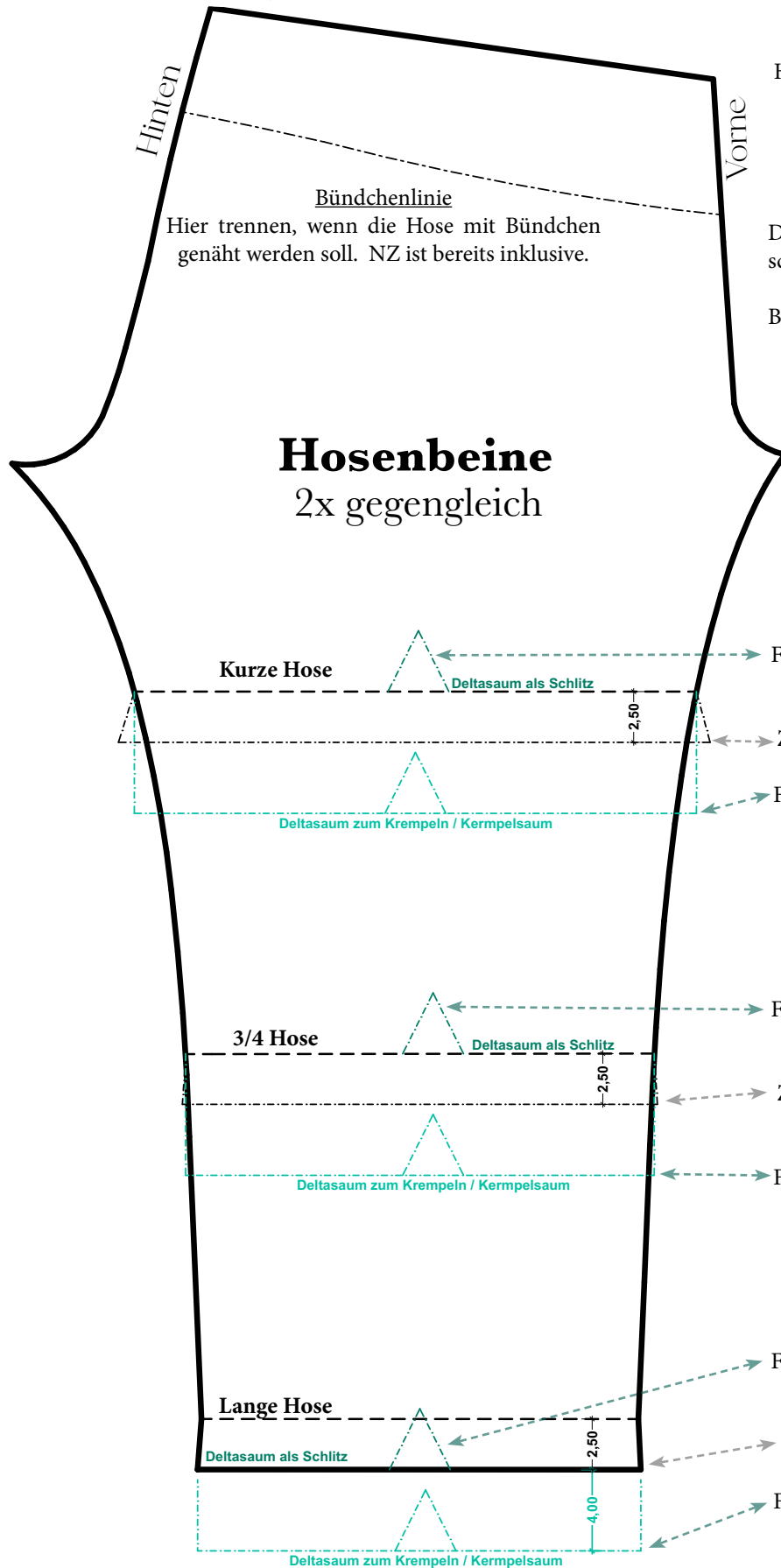
Für den Deltasaum bzw. Krempelsaum wird jeweils +5cm mehr Stoffhöhe benötigt!

Gummiband

Die Werte in der Tabelle sind ungefähre Werte für die Slim bis Relax Weiten, da jedes Gummi eine andere Dehnbarkeit hat und jedes Kind einen anderen Bauchumfang!

Größe	56	62	68	74	80	86	92	98
Länge Gummiband von Slim bis Relax	30 - 36	32 - 37	34 - 39	35 - 41	37 - 43	39 - 44	40 - 46	43 - 48

Das Gummiband am besten einmal direkt am Kind abmessen. Lege hierfür das Band einmal um den Bauch des Kindes und dehne es ein wenig, jedoch nur so weit, dass es für das Kind noch angenehm ist und nicht einschnürt. Dies ist die beste Methode um die Länge genau zu bestimmen.



Gummiband

Hose komplett zuschneiden, wenn die Hose mit einem Gummiband genäht werden soll.

Bündchen

Die Schnittteile für die Bündchen sind berechnete Durchschnittswerte. Sollte dein Bündchenstoff sehr fest sein, so musst du die Länge ggf. etwas verlängern. Bei sehr weichem, dehnbaren Bündchenstoff kann es ggf. sein dass du die Länge etwas kürzen musst.

Hosenbeine
2x gegengleich

Kurze Hose

Für das gewisse Extra, kann hier an der Schnittlinie der Deltasaum als Beleg mit Schlitz angenäht werden.

Zum Säumen füge eine SZ von ca. 2,0 bis 2,5cm hinzu.

Für einen Krepelsaum oder den Deltasaum zum Umkrepeln, muss die Linie um 5,0cm nach unten verlängert werden.

3/4 Hose

Für das gewisse Extra, kann hier an der Schnittlinie der Deltasaum als Beleg mit Schlitz angenäht werden.

Zum Säumen füge eine SZ von ca. 2,0 bis 2,5cm hinzu.

Für einen Krepelsaum oder den Deltasaum zum Umkrepeln, muss die Linie um 4,0cm nach unten verlängert werden.

Lange Hose

Für das gewisse Extra, kann hier an der Schnittlinie der Deltasaum als Beleg mit Schlitz angenäht werden.

Zum Säumen ist eine SZ von 2,5cm bereits enthalten.

Für einen Krepelsaum oder den Deltasaum zum Umkrepeln, muss die Linie um 4,0cm nach unten verlängert werden.

Krepelsaum

Der Krepelsaum ist identisch in der Länge mit dem Deltasaum - verlängere somit an der entsprechende Stelle auf den Deltasaum und krepel anschließend den Saum nach oben.

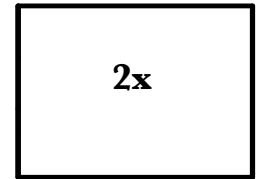
Bauchbündchen



Bündchen

Die Schnittteile für die Bündchen sind berechnete Durchschnittswerte. Sollte dein Bündchenstoff sehr fest sein, so musst du die Länge ggf. etwas verlängern. Bei sehr weichem, dehnbarem Bündchenstoff kann es ggf. sein, dass du die Länge etwas kürzen musst.

Beinbündchen



Delta Saumbeleg



WICHTIG:

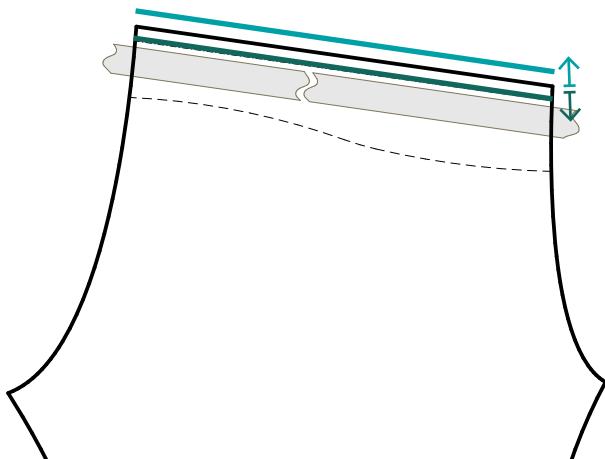
Der Saumbeleg muss zwingend mit einem elastischen Stich an den Hosenbeinen angenäht werden.



Saumbeleg mit Motiv richtig herum annähen

Sollte dein Saumbeleg ein Motiv enthalten und du möchtest diese nach dem Hochkrempeln richtig herum sehen, dann musst du beim Annähen aufpassen, denn hier muss dann der Beleg rechts herum kopfüber angenäht werden.

Wenn du dir unsicher bist, dann stecke als erstes den Beleg fest, und überprüfe, ob alles richtig herum liegt.



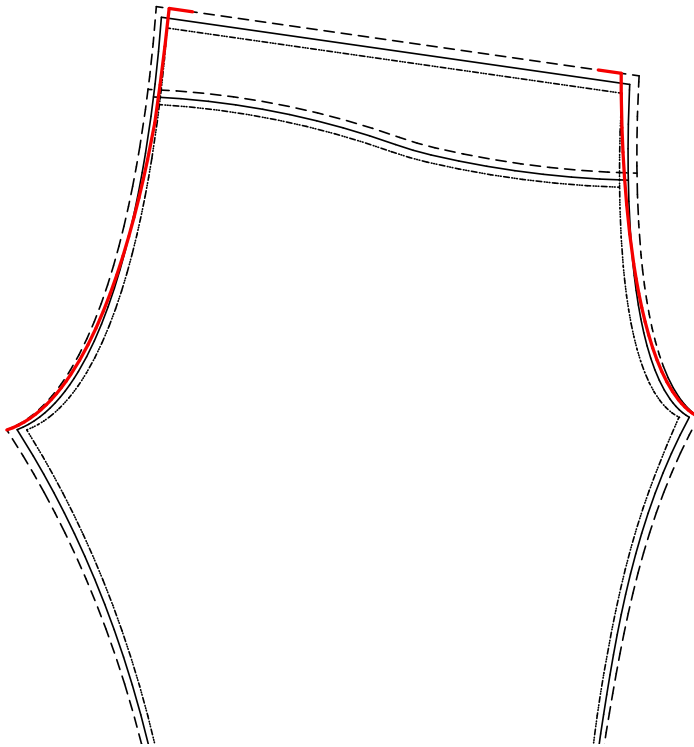
Gummiband Höhe anpassen

Der Hosenbund ist für ein 2,5cm breites Gummiband vorgesehen. Solltest du ein breiteres oder aber auch ein schmaleres Gummi verwenden, so musst du den Bund um die Mehrbreite entsprechend nach oben oder nach unten anpassen.

Rechenbeispiel:

- Für ein 3,5 cm Gummi, muss die Bundkante parallel um 10mm **nach oben** versetzt werden ($3,5 \text{ cm} - 2,5 \text{ cm} = 1,0 \text{ cm}$).
- Für ein 1,5cm Gummi, muss die Bundkante parallel um 1,0cm **nach unten** versetzt werden ($2,5 \text{ cm} - 1,5 \text{ cm} = 1,0 \text{ cm}$).

Flacher Po

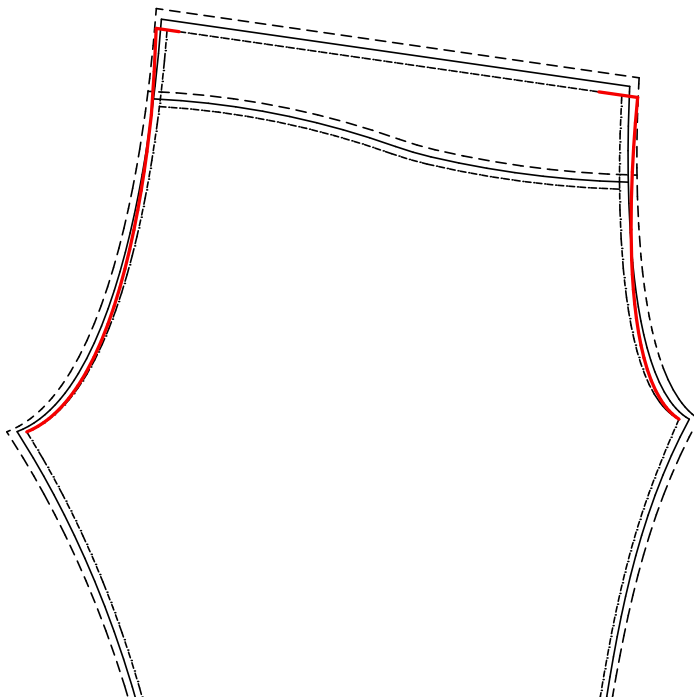


Wenn das Kind einen flacheren Po hat, dann müssen jeweils die Schritt- und Ponaht angepasst werden.

Lasse die Po- und Schrittnaht der ermittelten Größe vom Schritt- und Ponahtpunkt nach oben hin schmaler auslaufen - die Linie läuft in die nächste, kleinere Größe hinüber.

Achte dabei darauf, dass die Leibhöhe der ursprünglichen Größe beibehalten werden muss.

Runder / Kräftiger Po



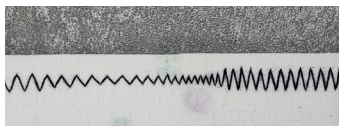
Wenn das Kind einen kräftigeren Po hat, dann muss hier nur die Ponaht angepasst werden.

Lasse die Ponaht vom Schritt- und Ponahtpunkt nach oben hin weiter / breiter auslaufen - die Linie läuft in die nächste, größere Größe hinüber.

Achte dabei darauf, dass die Leibhöhe der ursprünglichen Größe beibehalten werden muss.

Dehnbare Stoffe, wie Jersey sollten mit einem **elastischen Stich** genäht werden. Hier zeige ich dir einen Überblick für die gängigsten Stretch-Stiche für die haushaltsübliche Nähmaschine.

Je nach Nähmaschinenmarke und -Modell gibt es eine riesige Auswahl verschiedener Sticharten. Hier zeige ich die gängigsten Sticharten und was du dabei beachten solltest. Für unterschiedliche Nähmaschinen Fabrikate und Modelle gibt es auch unterschiedliche Füßchen Sets die bereits beim Kauf enthalten sein können. Eventuell hast du bereits schon einige Füße die speziell für elastische Nähte geeignet sind. Die Stichtlängen und -breiten lassen sich teilweise einstellen - hier werden verschiedene Sticheinstellungen innerhalb einer Naht dargestellt.

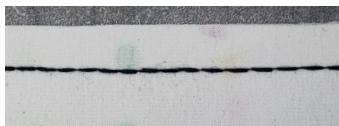


Zickzackstich



Nähfuß: Geradstich-Fuß

Dieser Klassiker ist in jedem Fall an jeder Nähmaschine zu finden. Wähle einen engen Zickzackstich und achte darauf, dass Stichtlänge und Stichtbreite gleich sind.

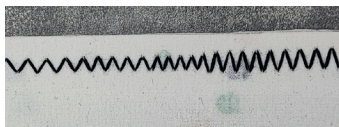


Stretch-3fach-Geradstich



Nähfuß: Geradstich-Fuß

Den 3-fach-Geradstich kannst du entweder zum Zusammennähen von elastischen Stoffen oder für besonders haltbare Nähte verwenden. Ich verwende ihn auch gerne als dekorativen Zierstich zum Absteppen von Jeans oder als Saumabschluss.

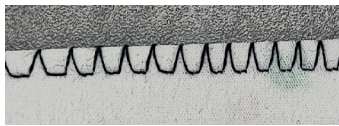


Stretch-3fach-Zickzackstich



Nähfuß: Geradstich-Fuß

Der 3-fach-Zickzackstich kann sehr gut für dekorative Saumabschlüsse und Ziernähte verwendet werden.

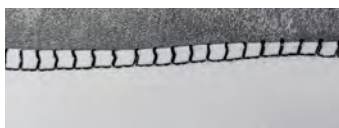


Offener Overlockstich



Nähfuß: Overlock-Fuß

Wenn du keine Overlockmaschine besitzt, ist das gar kein Problem. Ein ähnlichen Naht kannst du auch mit der normalen Maschine erzeugen. Mit diesem Stich kannst du elastische Stoffe in einem Arbeitsgang zusammennähen und versäubern. Nähe so entlang des Stoffrandes, dass die rechte Einstichposition der Nadel knapp außerhalb des Stoffes liegt.

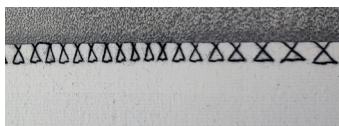


Offener Overlockstich



Nähfuß: Overlock-Fuß

Auch dieser Stich ist ein offener Overlockstich. Genauso wie bei der oberen Variante, benötigst du auch hier einen Overlock-Fuß und die rechte Einstichposition der Nadel muss knapp außerhalb des Stoffes liegen.



Geschlossener Overlockstich



Nähfuß: Overlock-Fuß

Mit dem geschlossenen Overlockstich kannst du Stoffe die ausfransen wie zum Beispiel Webware, in einem Arbeitsgang (ähnlich wie bei einer Overlockmaschine) zusammen nähen und versäubern.

Übe hier vorher an einem Probestück die richtigen Einstellungen. Meistnes benötigst du für einige Stiche einen extra Overlock-Fuß oder einen Kantennähfuß. Bitte lies als erstes die Bedienungsanleitung deiner Nähmaschine durch.

Nicht nur die Stichwahl ist für elastische Stoffe wichtig, ebenso ist die Nadelwahl entscheidend, um schöne Nähte hinzubekommen.

Aber welche Nadelstärke verwenden?

Es gibt unterschiedliche Nadelstärken von 70/10, 80/12 und 90/14 - das bedeutet nur, je dünner das Material, desto niedriger die Nadelstärke.

Bei leichten und dünnen Jerseylagen reicht die 70er Nadel vollkommen aus. Bei Sweat und dickeren Lagen solltest du eine 80er Nadel verwenden. Wenn du mehrere dickere Schichten und auch Bündchen zusammen nähen möchtest, dann solltest du zu einer 90er Nadel greifen.



Und welche Nadelart verwenden?

Für Jersey verwendet man im Normalfall eine **Jerseynadel**. Sie hat eine abgerundete, kugelförmige Spitze und sticht immer zwischen die Maschen. Durch diese Form verdrängt die Jerseynadel die Maschen des Materials, ohne die einzelnen Fäden zu verletzen.

Die Verwendung einer **Stretch-Nadel** empfiehlt sich bei gröberer Maschenware (Strick), bei festen Stoffen mit Stretchanteil oder festen bi-elastischen Stoffen.

Du hast Fehlstiche beim Nähen von Jersey?

Die Fehlstiche tauchen sehr oft beim Zickzackstich oder Overlockstich auf und können verschiedene Faktoren als Ursache haben. Hier wäre es als Erstes an der Zeit die Jerseynadel zu erneuern. Wenn die Fehlstiche weiterhin blieben, dann ist die Nadel eventuell zu dünn oder beschädigt bzw. nicht mehr neu. Tausche sie gegen eine stärkere bzw. neue Nadel aus.

Hilft das auch alles nichts? Dann ist es Zeit auf **Strech-Nadeln** oder noch besser auf **Super-Stretch-Nadeln** zu wechseln.

Die Stretch Nadel ist näher am Greifer und kann so Fehlstiche vor allem bei sehr dehnbaren Stoffen vermeiden. Für normale Jerseys sollte das auf jeden Fall reichen. Für bi-elastische oder hochelastische Stoffe verwende besser eine **Super-Stretch-Nadel**.

Deine Jersey Lagen verschieben sich beim zusammennähen?

Dann sag ich nur OTF - Obertransportfuß!

Beim Nähen von Jersey und anderen elastischen Stoffen verschieben sich die Stofflagen sehr gerne gelegentlich - der Stoff wird gedehnt, schlägt Wellen oder das Stoffmuster verschiebt sich (besonders unschön bei Streifen-Stoffen oder Motiven die zusammenhängen). Sehr oft schafft der OTF deutliche Besserung! Dies ist ein zusätzliches Füßchen welches an (fast) jede Maschine nachträglich angebracht werden kann.

Mit einem Obertransportfuß lassen sich auch mehrere Stofflagen schön gleichmäßig nähen. Denn schöne Nähte erzielt man beim gleichzeitigen und gleichmäßigen Stofftransport.

Eine Anschaffung ist oft lohnenswert, denn so macht Jerseykleidung mit der Nähmaschine nähen viel mehr Spaß.



Schnittmuster drucken



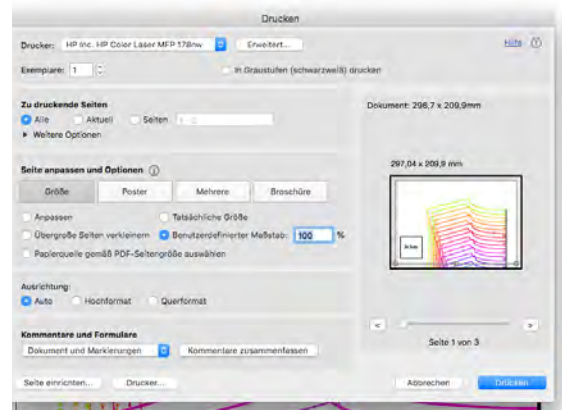
Lade dir das Schnittmuster herunter und speichere dieses auf deinem Rechner. Öffne die Datei nicht im Browser, sondern über den Acrobat Reader.

Damit du beim Drucken Toner und Papier sparst, kannst du nur die von dir benötigte Größe ausdrucken. Die Ebenenfunktion im PDF ermöglicht dir nur die gewünschten Größen anzeigen zu lassen (auch zwei Größen gleichzeitig - falls du Anpassungen vornehmen musst).

Beim Ausdrucken des Schnittmusters musst du darauf achten, dass im Druckdialog "Tatsächliche Größe" oder „Maßstab 100%“ aktiviert ist.

Überprüfe anschließend die Größe mit Hilfe des Kontrollkästchens auf deinem Ausdruck - dies sollte exakt 5x5cm groß sein. **Erst überlegen, dann drucken!**

Diese ganz einfache Regel hilft nicht nur dabei, unnötig Papiermüll zu vermeiden, sondern senkt auch die Kosten und hilft der Umwelt. Bitte drucke nur das benötigte Schnittmuster aus und lese die Anleitung am PC/Laptop/Tablett.



Schnittmuster kleben



Schneide die grau gestrichelten Linien jeweils an der rechten und unteren Seite des Blattes ab und klebe sie auf die jeweils passenden Linien auf der nächsten Seite. Achte darauf, dass sich in den Kreisen immer die gleiche Zahl befindet.

Auf den einzelnen Schnittteilen findest du am Rand vereinzelt kleine Striche - diese Striche stellen Knipse dar und sollten unbedingt auf die Nahtzugabe des vorgesehenen Schnittteils mit übertragen werden. Beim Zusammennähen der einzelnen Teile helfen die Knipse, dass die Schnittteile korrekt aufeinander stecken (z.B. am Ärmel).

Schneide oder übertrage anschließend deine gewünschte Größe.

Das Schnittmuster enthält jeweils eine Datei mit 7mm Nahtzugabe und eine Datei ohne Nahtzugabe. Bitte die Beschriftung der Datei und des Schnittbogens beachten!

Abkürzungen und Erklärungen

- Bruch** oder im **Stoffbruch**. Der Stoff wird einmal gefaltet. Das Schnittteil, welches einen Stoffbruch aufweist (an der schwarzen dicken Linie), liegt mit der Bruchseite an der gefalteten Kante des Stoffes.
- FL** **Fadenlauf** - damit ist die Stoffrichtung gemeint, die beim Zuschneiden von Schnittteilen beachtet werden muss. Der Stoff liegt richtig, wenn die Dehnbarkeit in der Breite größer ist als in der Länge.
- Knips** ist eine Markierung im Schnittteil. Du schneidest nur ein paar Millimeter innerhalb der Nahtzugabe ein. Eine Markierung mit einem Stift oder Stoffkreide bzw. Stecknadeln funktioniert ebenfalls.
- Kräuseln/ Raffeln** Es wird mit einem Geradstich (ca. 3,5-4,0) auf der höchsten Stichlänge und niedrigster Fadenspannung (ca. 0-1) ohne verriegeln* genäht. Danach ziehst du jeweils an einem Faden bis die gewünschte Länge erreicht ist – der Stoff kräuselt/rafft sich auf der gesamten Länge. Alternativ kannst du auch Framilonband verwenden.
- ggl.** **Gegengleich** oder eben auch spiegelverkehrt bedeutet, dass das Schnittteil gespiegelt werden muss. Dafür legst du das Schnittmuster auf den in doppelter Stofflage gefalteten Stoff (nicht im Bruch) und schneidest zu. Dadurch bekommst du zwei Schnittteile, die gegengleich bzw. spiegelverkehrt zueinander sind.
- LaL** „**links auf links**“ bedeutet: das Zusammennähen von zwei Stoffen, deren Rückseiten (also die unschönen Seiten) zueinander liegen. Die linke Seite sollte als innere Stoffseite benutzt werden, diese ist meistens weiß (jedoch nicht immer).
- NZ** **Nahtzugabe** ist der Abstand zwischen Naht- und Stoffkante. Je nach Nähprojekt kann diese zwischen 0,7cm – 1,0 cm betragen.
- RaR** „**rechts auf rechts**“ bedeutet das Zusammennähen von zwei Stoffen, deren schöne Seiten aufeinanderliegen. Die rechte Stoffseite ist die schönere Seite (z.B. ist die Farbe stärker) und sollte als äußere Seite verwendet werden.
- RT** **Rückenteil** ist das Schnittteil was später an der Körperrückseite getragen wird.
- SZ** **Saumzugabe** ist eine zusätzliche Zugabe am unteren Ende deines Schnittteils. Dieser extra Stoff (meist ca 2,5 bis 3cm) ist notwendig, um Säumen zu können. Am Besten du benutzt einen elastischen Stich, um deinen Saum zu nähen - Zierstiche sind auch möglich.
- Verriegeln** Damit sich die Naht nicht wieder auftrennt, müssen am Anfang und Ende der Naht einige Stiche vorwärts und rückwärts genäht werden.
- Versäubern** Damit Stoffkanten nicht ausfransen, werden sie mit einer Overlock oder einem Zick-Zack-Stich an der Nähmaschine entlang der Stoffkante versäubert.
- VM** **Vordere Mitte** ist die Symmetrieachse des Vorderkörpers und liegt daher genau in der Mitte.
- VT** **Vorderteil** ist das Schnittteil was später an der Körpervorderseite getragen wird.



Die Beinabschlüsse mit Schlitz sind ein absoluter Hingucker und werten jedes Outfit mit nur ein wenig Aufwand auf.

Die Beine können hoch gekrempelt werden, dann blitzt der innere Stoff schön als Kontrast raus.

Der Saum muss nicht zwingend umgekrempelt werden, auch als regulärer Abschluss schaut der Schlitz sehr elegant aus.



Bevor die Hose wie in der Grundanleitung beschrieben zusammengenäht wird, müssen zunächst die Beinabschlüsse vorbereitet werden.

Du benötigst hierfür:

- 2x Hosenbeine gegengleich zugeschnitten
- 2x Deltabelege



Lege als erstes die Belege RaR auf die unteren Kanten der Hosenbeine und fixiere diese.



Nähe nun den Beleg mit einem elastischen Stich fest.



Für das Dreieck kannst du entweder das Schnittteil als Schablone verwenden. Positioniere hierfür das Schnittteil genau auf dem Beleg und übertrage das Dreieck.



Alternativ kannst du die Höhe und die Breite des Schlitzes selber bestimmen.

Hierfür musst du als erstes die Mitte des Beleges markieren.

Übertrage jeweils von der Mitte aus nach links und rechts die gleichen Abstände (hier jeweils 1,5cm) auf die Höhe deiner Naht.



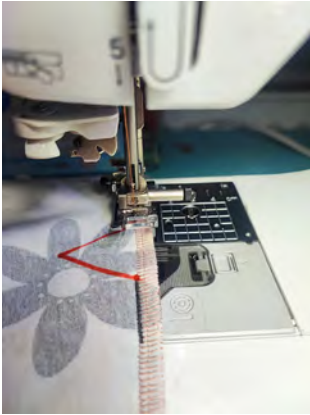
Die Höhe deines Schlitzes kannst du ebenfalls selber bestimmen. Wichtig ist jedoch, dass du mind. 2 cm unterhalb der Belegkante bleibst.

Ich habe hier 3 cm genommen.



Verbinde nun deine Markierungen zu einem Dreieck.

Damit die Ecken sauber ausgeformt werden können und beim Einschneiden die untere Naht nicht aufgeht, sollte die Naht für das Dreieck bereits 2cm/3cm auf der vorhandenen Naht beginnen und ebenfalls danach weitere 2cm/3cm weiter geführt werden.



Am einfachsten und saubersten ist es, wenn du an einem Ende beginnst und dich von Ecke zu Ecke langsam vorarbeitest. Wichtig ist hierbei, dass die Nadel immer im Stoff bleiben muss.

Wenn du an der ersten Ecke/Punkt angekommen bist, nutze dein Handrad und positioniere die Nähmaschinenadel tief in den Stoff. Hebe den Nähfuß an und drehe deinen Stoff, sodass die zu nähende Strecke wieder gerade vor dir unter der Nähmaschine liegt. Senke deinen Nähfuß wieder ab. Nun kannst du die nächste Strecke bis zum nächsten Eckpunkt nähen.



Wiederhole dieses Vorgehen an jeder Ecke und nähe anschließend über die letzte Ecke 2 bis 3cm hinaus.

Schneide nun das Dreieck knappkantig aus. Achte darauf, dass du bis hoch knapp vor der Spitze einschneidest, jedoch nicht deine vorherige Naht trennst.

Schneide ebenfalls die unteren Ecken zusätzlich weiter aus.



Wende die Belege, und bügelle diese mit ordentlich viel Dampf um.



Die Säume sind soweit fertig und die Hosenbeine können zusammen genäht werden.



Lege jeweils die Hosenbeine RaR aufeinander und schliesse dabei die Schrittnähte in einem Rutsch.

WICHTIGE INFOS!

Dehnbare Stoffe wie Jersey sollten mit einem **elastischen Stich** genäht werden. Wenn du keine Overlock besitzt und mit der Nähmaschine nähst, hast du je nach Fabrikat einige elastische Stiche zur Auswahl.

SIEHE BASICS - ELASTISCHE STOFFE VERNÄHEN!



Klappe die Hose so um, dass die Schrittnähte aufeinander liegen.

Als nächstes müssen die Innenbeinnähte geschlossen werden.

Klappe die Saumbelege nach unten auf und stecke diese aufeinander.



Achte hierbei darauf, dass die Nähte am Übergang genau aufeinander liegen und die Nahtzugaben jeweils in entgegengesetzte Richtungen zeigen.

Stecke als nächstes ebenfalls die Enden der Schrittnaht genau aufeinander. Achte auch hierbei darauf, dass die Nähte genau aufeinander liegen und die Nahtzugaben jeweils in entgegengesetzten Richtungen liegen.



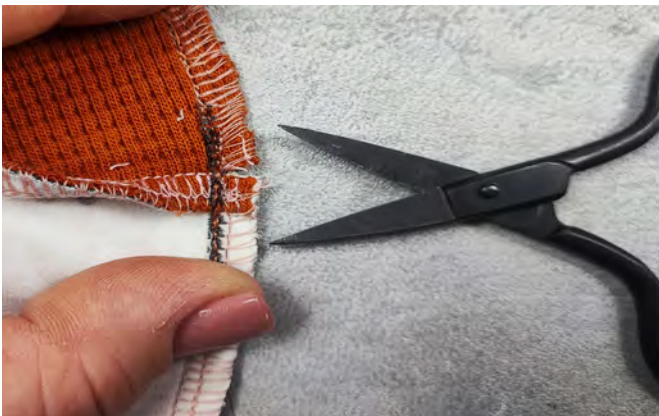
Stecke anschließend die restliche Innenbeinnäht gleichmäßig fest und nähe diese in einem Rutsch durch.



Damit die Übergänge beim Umklappen nicht zu wulstig werden, wird diese Stelle abgenäht.

Um zu verhindern dass die Naht im Nachhinein nicht aufgeht, muss der Übergang zusätzlich verstärkt werden.

Nähe mit der Nähmaschine über den Übergang/Kreuzung ein paar Stiche nach oben und nach unten mit einem Geradstich. Verriegele dabei den Anfang und das Ende deiner Naht.

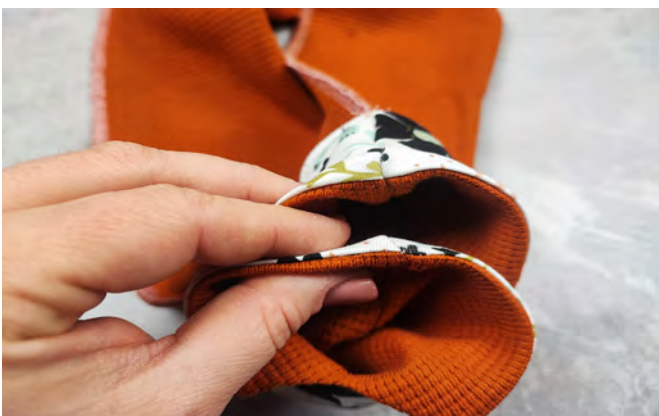


Schneide nun die NZ auf der Höhe des Überganges zum Beleg bis knapp vor der Verstärkungsnaht ein.



Klappe nun jeweils die NZ in die entgegengesetzten Richtungen.

Bei dieser Methode liegen dann beim Umklappen statt 8 nur noch 4 Stofflagen übereinander.



Hier einmal zur besseren Visualisierung:

Oben ohne Einschnitt / Unten mit Einschnitt

An dem Bild kannst du sehr gut erkennen, welcher Unterschied in der Dicke dieser kleine Trick bewirken kann.

Diese Methode solltest du auch bei anderen Projekten verwenden - es funktioniert überall wo mehrere Stofflagen an einer Kreuzung aufeinander treffen.



Wende nun die Hose auf links und messe dir die Höhe ab, auf welcher du Säumen möchtest.

Achte darauf, dass du nicht zu knapp an der Spitze des Dreiecks entlang säumst, sondern lasse hier mindestens 2 bis 2,5 cm Platz oberhalb.



Wenn du deine Höhe bestimmt hast, wendest du anschließend die Hose wieder auf rechts und markierst dir deine Saumkante mit einem Trickmarker, Kreide oder anderen auswaschbaren Hilfsmitteln.

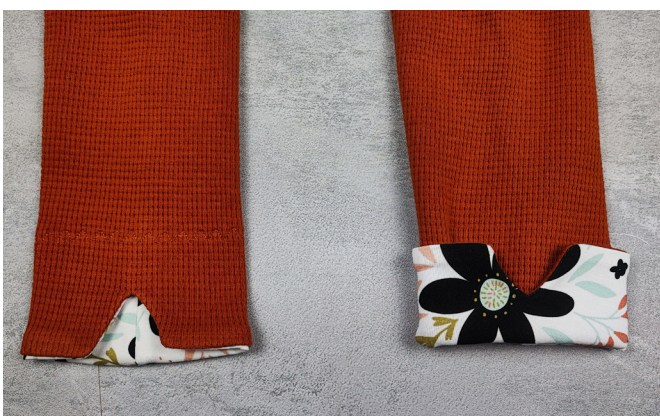
Diese Methode ist ziemlich hilfreich, vor allem wenn du tiefer als 3cm Säumen musst und an der Nähmaschine nicht allzu geübt bist. Abgesehen davon, ist es ziemlich schwierig bei so kleinen Umfängen gleichmäßig zu säumen.



Wende die Hose erneut auf links und verwende deinen Nähfuß als Freiarm.

Bei dieser Herangehensweise hast du deine Saummarkierung oben am Nähfüßchen liegen, und du kannst langsam und gleichmäßig herum absteppen.

Verwende hierfür einen elastischen Stich. Auch Zierstiche sehen hier gut aus.



Deine Hosenbeine sind nun fertig.

Je nach Zuschnitt, geht es an dieser Stelle entweder mit dem **GUMMIBUND** oder **BAUCHBÜNDCHEN** in der Anleitung weiter.



Hier zeige ich dir eine Grundanleitung für die normale, gesäumte Leggings mit Gummibund.

Solltest du andere Abschlüsse nähen wollen, werde ich dich zum notwendigen Zeitpunkt innerhalb der Anleitung zum jeweiligen Schritt per interaktivem Klick weiterleiten.



Egal für welche Passform du dich entschieden hast - Slim, Regular oder Relax - das Prinzip der Leggings ist immer gleich.

Du benötigst immer 2x die Hosenteile die gegengleich zugeschnitten werden.

Am einfachsten und schnellsten ist es wenn du den Stoff einmal in Bruch legst und das Schnittteil auf die doppelte Stofflage ausschneidest. So hast du die Hosenteile gegengleich vorliegen.



Lege jeweils die Hosenbeine RaR aufeinander und schließe dabei die Schrittnähte in einem Rutsch.

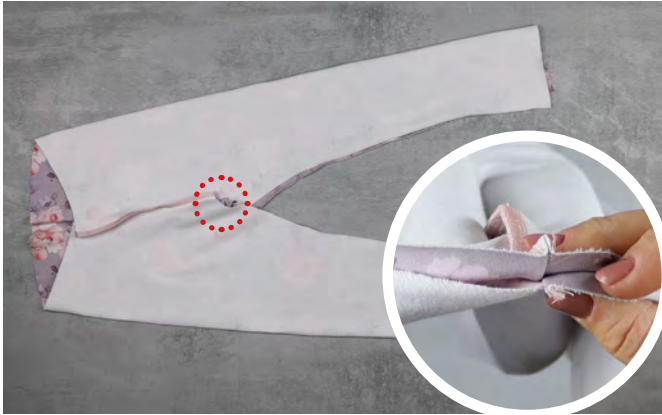
WICHTIGE INFO!

Dehnbare Stoffe wie Jersey sollten mit einem **elastischen Stich** genäht werden. Wenn du keine Overlock besitzt und mit der Nähmaschine nähst, hast du je nach Fabrikat einige elastische Stiche zur Auswahl.

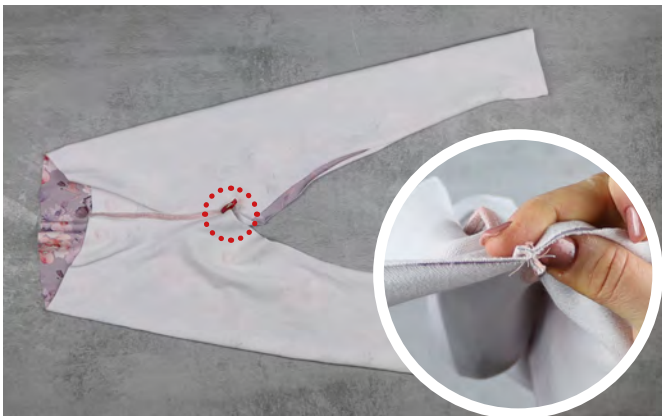
Mehr Infos unter Kapitel [ELASTISCHE STICHE](#).



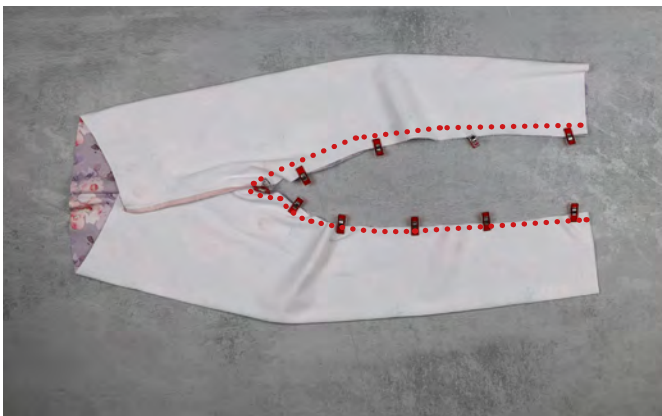
Der erste Schritt ist gemacht.



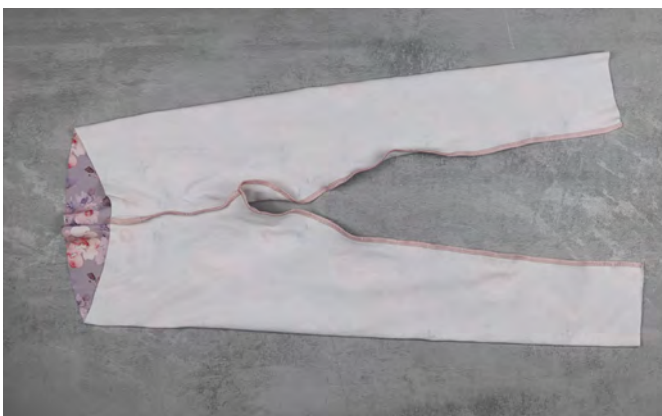
Klappe die Hose so um, dass die Schrittnähte aufeinander liegen.



Stecke als Erstes die Enden der Schrittnaht genau aufeinander. Achte hierbei darauf, dass die Nähte genau aufeinander liegen und die Nahtzugaben jeweils in entgegengesetzte Richtungen liegen.



Stecke anschließend die restliche Innenbeinnaht gleichmäßig fest und nähe diese in einem Rutsch durch.



Die Hose wäre soweit fertig, fehlen nur noch jeweils die Abschlüsse.

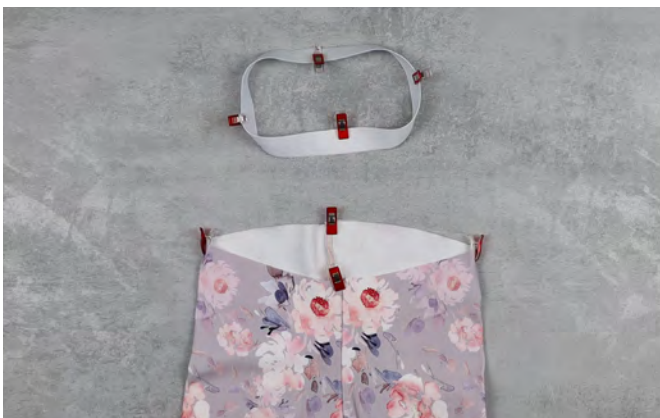
Für den **Bundabschluss** hast du die Wahl zwischen:
BAUCHBÜNDCHEN oder **GUMMIBUND**
NORMAL oder **VERSTECKT**

Für den **Beinabschluss** hast du ebenfalls die Wahl zwischen:
SÄUMEN | **BEINBÜNDCHEN**



Die Länge des Gummis hast du bestenfalls an deinem Kind getestet. Falls nicht, dann hast du eine Tabelle nach der du dich richten kannst.

Falte das Gummi um die Hälfte und nähe es mit einem Geradstich und 1 cm NZ fest. Schneide einseitig die NZ weg und falte die andere NZ darüber. Nähe nun über die NZ mit einem breiten ZickZack Stich.



Teile das Gummi in 4 gleiche Teile. Die Nahtstelle und die Stelle genau gegenüber sind deine ersten Markierungen und halbieren den Kreis. Genau zwischen diesen beiden Markierungen wird die Strecke erneut halbiert und mit einer Klammer fixiert.

Das Gleiche wiederholst du auch bei der Hose. Die vordere und hintere Naht sind die ersten zwei Mittelpunkte und die Mitte dazwischen wird ebenfalls mit Klammern oder Stecknadeln fixiert.



Stecke nun das Gummi in die Hose. Die Naht des Gummis liegt hier auf der hinteren Naht. Das Gummi liegt auf der linken Stoffseite

Achte hierbei darauf, dass die Klammern des Gummis mit den Klammern der Hose übereinstimmen - die Markierungen müssen jeweils übereinander liegen.



Um mehr Sicherheit und Stabilität zu bekommen, greife jeweils zwei der fixierten Klammern und dehne die Strecke dazwischen. Die Hose bekommt ebenfalls Dehnung und schmiegt sich an das Gummi an. Fixiere nun die Mitte mit einer weiteren Klammer.



Das Ganze wiederholst du einmal im Kreis bis alle Zwischenstellen fixiert sind.



Nähe das Gummi rundherum in einem Rutsch an.

Verwende dafür einen elastischen Stich.

Wenn du mit der Overlock annähst, achte darauf, dass du mit dem Messer nicht das Gummi anschneidest, sonst wird sich mit der Zeit das Gummi ausfransen und die Elastizität geht verloren. Du könntest alternativ auch das Messer deiner Overlock runterklappen.



Das Gummiband wird beim Nähen leicht gedehnt um auf die Länge der Hose zu kommen. Arbeite dich von Fixierung zu Fixierung vor und achte darauf, dass nur das Gummi und nicht die Hose mit gedehnt wird.

Das Gummiband ist nun einseitig angenäht.



Klappe nun das Gummi nach innen so um, dass dieses nicht mehr sichtbar ist und du die rechte Seite des Stoffes siehst.

Fixiere die oberste Kante mit Klammern oder Nadeln.

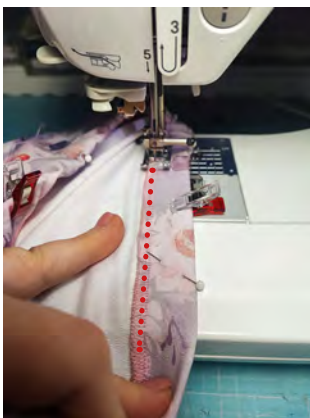
Am besten gehst du auch hier genau nach dem gleichen Prinzip wie beim Gummibund annähen vor. Fixiere zuerst die beiden Mitten (an den Nähten) und dann die beiden gegenüberliegenden Seiten (Mitte zwischen den beiden Nähten).



Um das Gummi noch besser zu fixieren, musst du jeweils die Strecke zwischen 2 Klammern dehnen und dazwischen weitere Klammern oder Nadeln anbringen.

Unter Dehnung kannst du nun die restliche Strecke zusätzlich fixieren. Achte darauf, dass die Hose sich an das Gummi eng anschmiegt, und nicht mehr Stoff, als nötig, oberhalb des Gummis bleibt.

Jetzt wird das Gummi einmal rundherum festgenäht.



Verwende hierfür zwingend einen **ELASTISCHEN STICH**. Auch **elastische Zierstiche** sind hier gut geeignet.

Hier ist zwingend zu beachten, dass das Gummi unter Dehnung angenäht werden muss.

Ziehe das Gummi in Form indem du beide Hände beim Nähen verwendest - deine rechte Hand zieht und steuert vor der Nadel und deine linke Hand zieht hinter dem Nähfuß. So gleitet das Gummi unter dem Transporteur und die Nadel kann spannungsfrei arbeiten.

Dein Hosenbund ist soweit fertig. Fehlen nur noch die Beinabschlüsse.

Hier hast du die Wahl zwischen:

- **SÄUMEN**
- **BEINBÜNDCHEN**





Der reguläre Saumabschluss ist am einfachsten und geht am schnellsten.



Drehe die Hose auf links und schlage den Saum um 2,5 cm nach oben.

Stecke diesen fest und nähe es in einem Rutsch an.

Beim Säumen hat man das schönste Ergebnis wenn man die Hose von rechts säumt und man beim Nähen den Nähfuß als Freiarm benutzt.



Nähe langsam und richte dir immer wieder nach ein paar Zentimetern den Saum zurecht. Hierfür musst du ebenfalls einen elastischen Stich verwenden.

Auch elastische Zierstiche sind möglich. Persönlich bevorzuge ich beim Säumen entweder einen leichten Wellenstich oder den 3fach-Geradstich.

Dein BeinWerk ist nun fertig und kann ausgeführt werden!

Du möchtest deine Werke online zeigen und andere damit inspirieren? Oder benötigst selber du Ideen und weitere Designbeispiele?

Versehe deine Posts bei der Veröffentlichung mit ...



#BeinWerk

Komm in meine FB Nähgruppe [WPS NÄHFORUM](#) und teile auch hier deine Werke mit anderen.



Für das Bündchen gibt es zwar ein extra Schnittteil, die Größe kannst du jedoch auch ganz schnell selber ermitteln.

Es gibt zwei Möglichkeiten dein Bündchen zu berechnen, welche von der Stoffart die du verwenden möchtest abhängen:

- **Bündchenware**

Ausgemessene Länge x **0,7** = Bündchenlänge

- **Jersey**

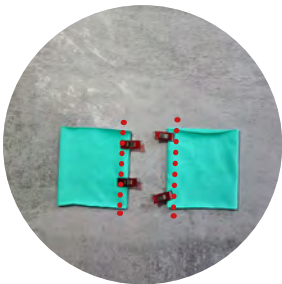
Ausgemessene Länge x **0,8** = Bündchenlänge



Bündchenware ist meist gerippt und etwas dicker und sehr elastisch.

Jersey kannst du ebenfalls verwenden. Beachte jedoch, dass Jersey dünner und weniger elastisch ist als Bündchenware, weshalb du hier auch eine andere Faustformel zum Berechnen des Bündchen benötigst.

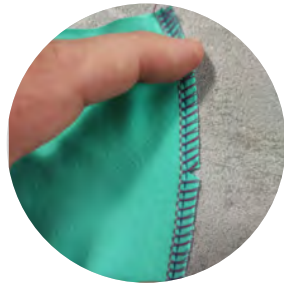
Der Vorteil von Jersey ist, dass du jederzeit eine passende Farbe vorrätig hast.



Deine Höhe kannst du selber bestimmen, ich schneide hier eine Höhe von 10cm zu - am Ende hab ich ein gefaltetes Bündchen mit einer Höhe von 5cm.

Schlage das Bündchen RaR zusammen und nähe die Seitenkante ab.

Beachte hier bitte, dass du richtig herum faltest, denn in der Breite müssen die Bündchen dehnbar sein - das trifft vor allem bei Jersey zu.



Es ist vom Prinzip egal ob du mit der Nähmaschine oder mir der Overlock nährst. Bei beiden Varianten müssen die NZ in den entgegengesetzten Richtungen liegen. Dies verhindert, dass du beim zusammennähen ganz dicke Stellen übernähen musst.



Markiere an der offenen Kante des Bündchenrings jeweils die Nahtkante und die gegenüberliegende Seite.

Ebenso werden am Beinsaum die Innenbeinnaht markiert und die gegenüberliegende Seite.

Lege das Bündchen mit den offenen Kanten nach unten zeigend hin und schiebe dieses mit der geschlossenen Seite voran über das Hosenbein.

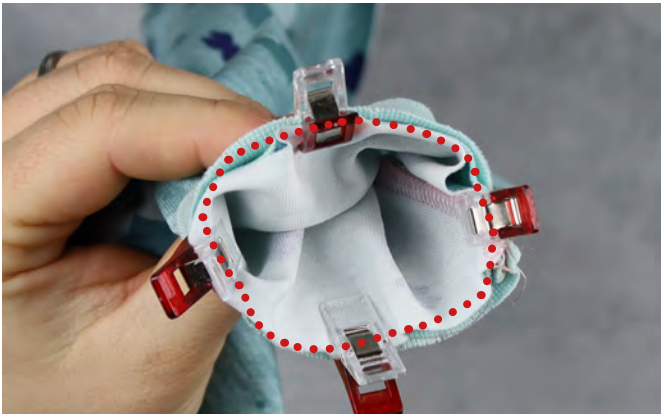
Die offene Bündchenkante zeigt nun nach unten.



Achte hierbei darauf, dass deine Bündchennaht und die Naht des Beins genau übereinander liegen.



Stecke die Seitennähte aufeinander fest und dann die gegenüberliegende Seite.



Nähe die Bündchenringe leicht gedehnt an. Achte auch hier darauf, nur das Bündchen zu dehnen.

kleiner Tipp!

Am Einfachsten ist es, wenn du dein Nähfüßchen (egal ob Overlock oder Nähmaschine) als Freiarm benutzt. Lege deinen Beinabschluss so hin, dass dein Füßchen in dem Beinteil drin steht. So kannst du beide Teile ohne großen Aufwand zusammennähen und kannst einfacher kontrollieren, dass nur dein Bündchen gedehnt wird.



Das Gleiche wiederholst du am zweiten Bein.

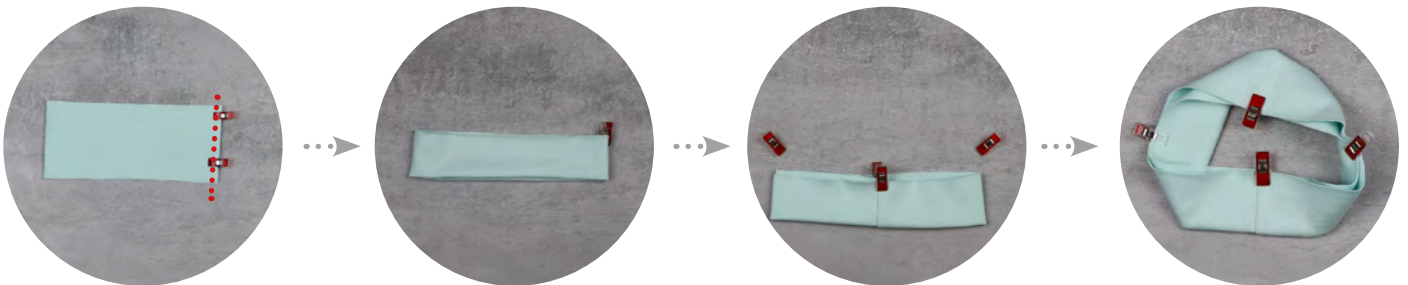


Für das Bauchbündchen gibt es zwar ein extra Schnittteil, die Größe kannst du jedoch auch ganz schnell selber ermitteln.

Wie du den Bündchenumfang genauer ausrechnen kannst?

Das erkläre ich genauer im Kapitel **BÜNDCHEN**

Teile das Bündchen in 4 gleiche Teile. Die Nahtstelle und die Stelle genau gegenüber sind deine ersten Markierungen und halbieren den Kreis. Genau zwischen diesen beiden Markierungen wird die Strecke erneut halbiert und mit einer Klammer fixiert. Die Klammer bringst du jeweils an den offenen Kanten an.



Das Gleiche wiederholst du auch bei dem Hosensbund.

Die vordere und hintere Naht sind die ersten zwei Mittelpunkte und die Mitte dazwischen wird ebenfalls mit Klammern oder Stecknadeln fixiert.



Stecke nun das Bündchen mit der offenen Kante nach oben zeigend über die Hose. Die Naht des Bündchens liegt hier auf der hinteren Naht.

Achte hierbei darauf, dass die Klammern des Bündchenringes mit den Klammern der Hose übereinstimmen - die Markierungen müssen jeweils übereinander liegen.



Um mehr Sicherheit und Stabilität zu bekommen, greife jeweils zwei der fixierten Klammern und dehne die Strecke dazwischen. Die Hose bekommt ebenfalls Dehnung und schmiegt sich am Bündchen an. Fixiere nun die Mitte mit einer weiteren Klammer.



Das Ganze wiederholst du einmal im Kreis bis alle Zwischenstellen fixiert sind.



Nähe das Bündchen rundherum in einem Rutsch an.

Verwende dafür einen elastischen Stich.

Das Bündchen wird beim Nähen leicht gedehnt um auf die Länge der Hose zu kommen. Arbeite dich von Fixierung zu Fixierung vor und achte darauf dass nur das Bündchen und nicht die Hose mit gedehnt wird.



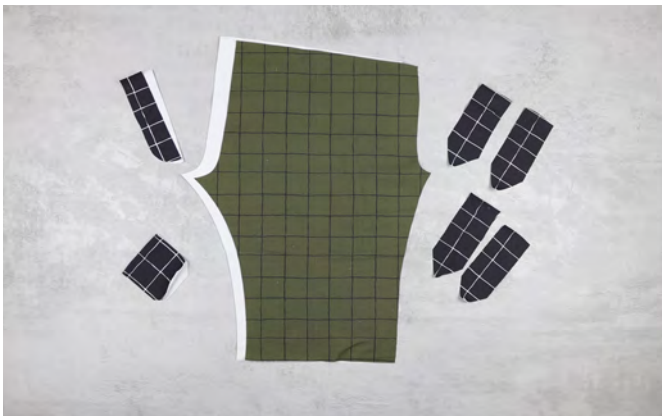
Fertig!



Eine jungstauglichere Version ist die Relax Variante mit Fake Hosenschlitz, Potasche und Krepellasche.

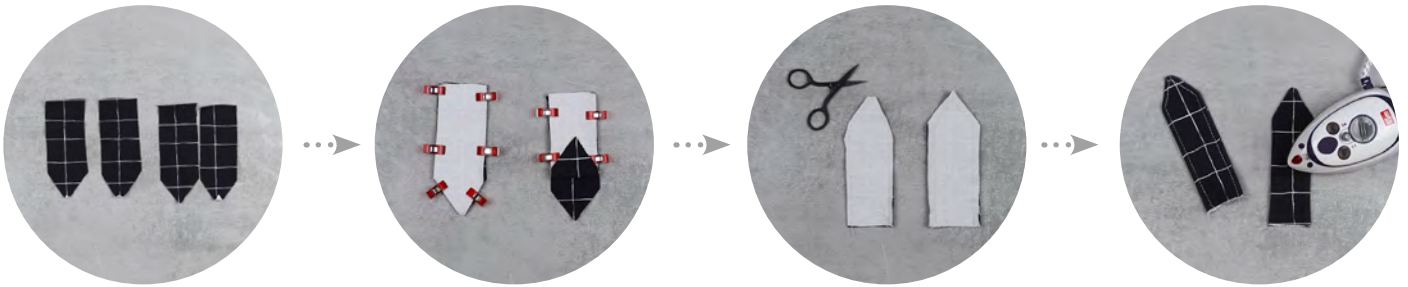
Krepelsaum

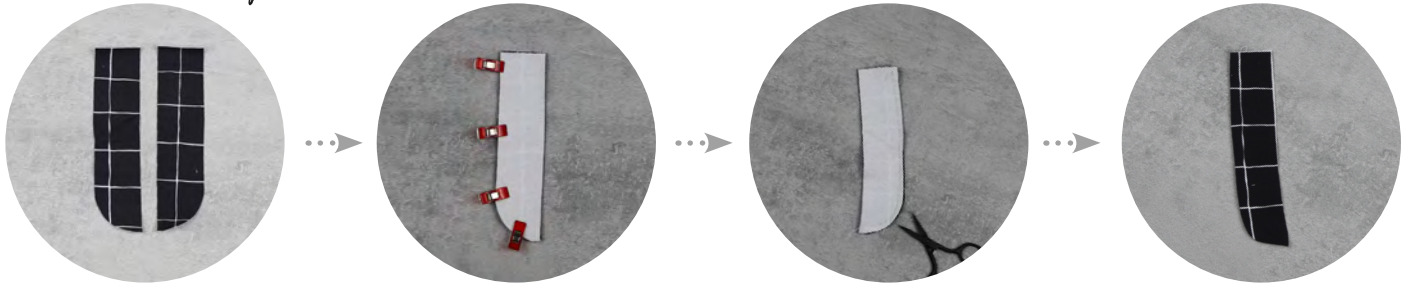
Wenn du die Beine hochkrepeln möchtest, dann musst du an der fertigen Höhe die Hose jeweils 2x um deine gewünschte finale Krepelhöhe verlängern.



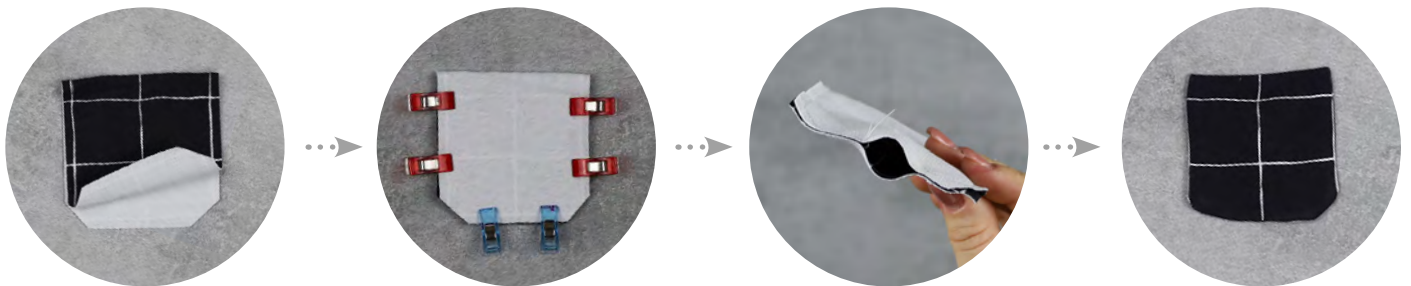
Für den Zuschnitt benötigst du jeweils:

- 2x Hosenbeine (gegengleich)
- 2x Fake Hosenschlitz (gegengleich)
- 1x (oder 2x) Potasche im Bruch
- 4x Krepellasche

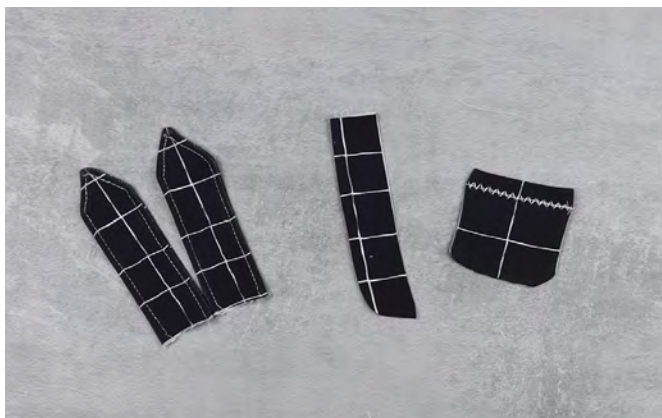




Der Fake Hosenschlitz wird RaR aufeinander gelegt und einseitig zusammengenäht. Schneide an der Rundung die NZ bis kurz vor der Naht ein - dadurch legt sich nach dem Wenden die Rundung besser an. Auch hier kann die Naht knappkantig abgesteppt werden.



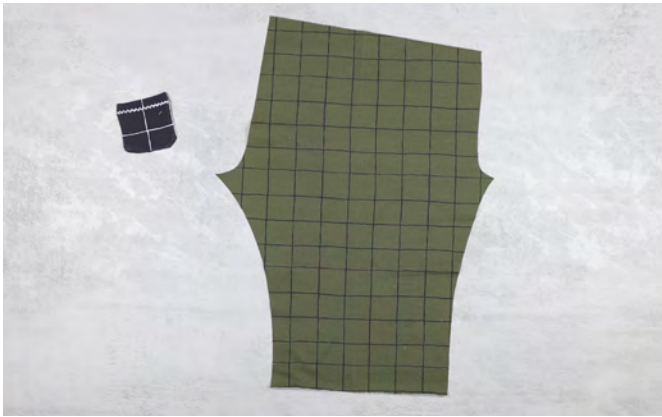
Die Potasche faltest du RaR im Bruch und nähst diese einmal rundherum fest. Lasse im unteren Bereich eine kleine Wendeöffnung von ca 3-4cm. Wende die Tasche und bügelle diese ordentlich um. Die Wendeöffnung bleibt hier vorerst offen - diese schließt sich automatisch beim Annähen der Tasche an der Hose. Du kannst hier die Tasche mit diversen Zier- und Dekostichen versehen.



Die Einzelteile für die Hose sind soweit vorbereitet.



Jetzt kannst du diese an deiner Hose annähen.

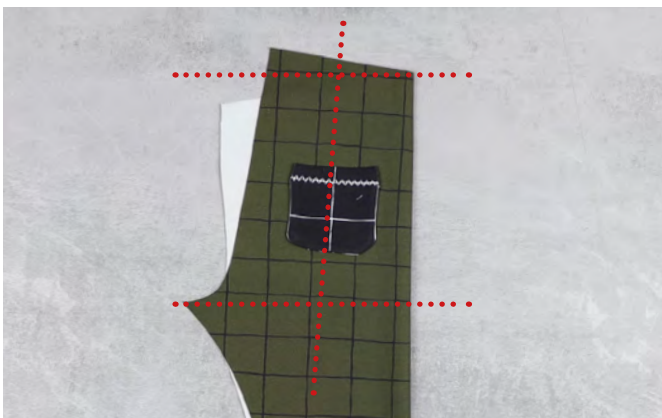


Durch die vielen Möglichkeiten der Anpassung und durch die verschiedenen Weiten der Hosen, ist keine genaue Position für die Potasche vorgegeben.

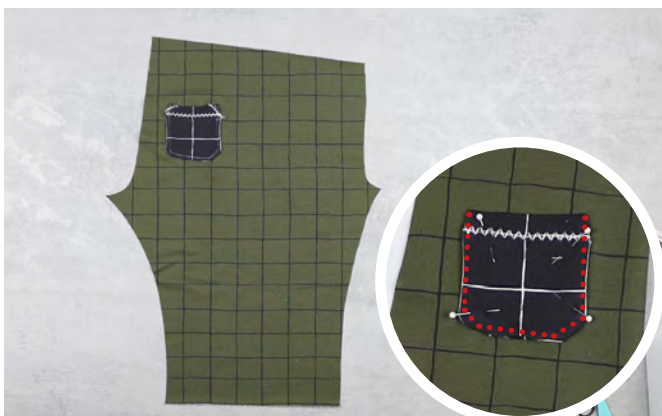
Diese kannst du dir nach dem Schnitt jedoch ganz einfach bestimmen.



Falte den Hosenbein LaL so um, dass die Innenbeinnähte bündig aufeinander liegen.



Die Potasche positionierst du nun mittig in dem ausgedachten Rechteck.



Fixiere die Tasche mit Stecknadeln und nähe es dreiseitig fest.



Der Fakehosenschlitz ist für die Gummibundvariante ausgelegt.

Wenn du die Leggings mit Bauchbündchen nähen möchtest, dann musst du den Schlitz in der Höhe kürzen.



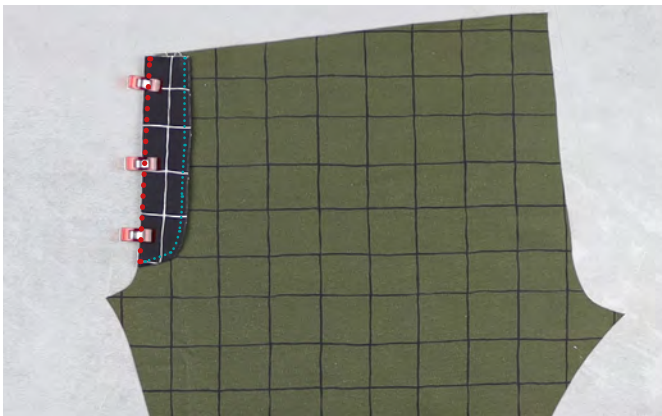
Auch kannst du die Position des Schlitzes selber bestimmen - je weiter oben oder unten im Schritt du den Fakeschlitz ansetzt, desto mehr/weniger musst du oben kürzen.



Bereite den Schlitz in der Originalhöhe vor und kürze diesen erst kurz vor dem Annähen.



Den Fakeschlitz hast du bereits vorbereitet und nun kann dieser an einem Hosenbein angebracht werden.



Lege den Schlitz auf die Vordere Naht und fixiere ihn .

Fixiere den Schlitz innerhalb der NZ knappkantig mit einem Geradstich.



Optional kannst du nun den Schlitz knappkantig an der Rundung ebenfalls absteppen.

Wenn du Potasche und Schlitz angenäht hast, dann kannst du beide Hosenbeine zusammennähen.



Lege jeweils die Hosenbeine RaR aufeinander und schliesse dabei die Schrittnähte in einem Rutsch.

WICHTIGE INFO!

Dehnbare Stoffe wie Jersey sollten mit einem **elastischen Stich** genäht werden. Wenn du keine Overlock besitzt und mit der Nähmaschine nähst, hast du je nach Fabrikat einige elastische Stiche zur Auswahl.

Mehr Infos unter Kapitel **ELASTISCHE STICHE**.



Klappe die Hose so um, dass die Schrittnähte aufeinander liegen.

Stecke als Erstes die Enden der Schrittnaht genau aufeinander. Achte hierbei darauf, dass die Nähte genau aufeinander liegen und die Nahtzugaben jeweils in entgegengesetzte Richtungen liegen.

Stecke anschließend die restliche Innenbeinnaht gleichmäßig fest und nähe diese in einem Rutsch durch.



Die Krempel Laschen sind bereits fertig.

Als nächstes müssen jedoch die Hosenbeine vorbereitet werden.



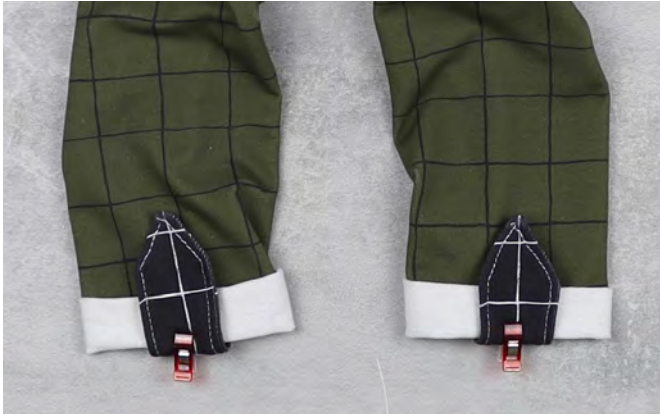
Beim Zuschnitt hast du bereits die fertige Hosenbeinhöhe um deine gewünschte Krempelhöhe verlängert.

Für einen 2,5cm Krempel hast du die Beine um 5cm verlängert.

Krempel nun den Saum 2x um jeweils 2,5 cm nach oben, und fixiere dir die Mitte des Außenbeines (diese ist genau gegenüber der Innenbeinnaht).



Markiere zusätzlich die Mitte der Lasche.



Falte die Lasche um und lege diese um den Krempel.

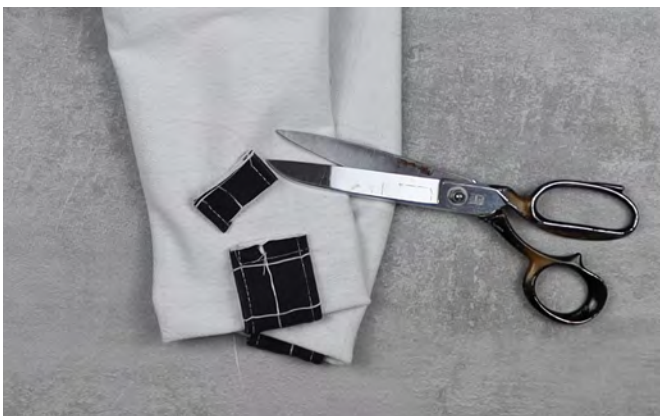
Hier kannst du je nach Vorlieben auch mit der Höhe spielen - die Lasche kann auch viel höher enden.

Wenn du die passende Höhe bestimmt hast, dann lege dir das zweite Hosenbein daneben und wiederhole die Schritte. Achte hierbei darauf, dass die Krempelhöhe und Laschenhöhe identisch sind.



Um die Lasche verdeckt auf der Rückseite dauerhaft zu fixieren, musst du den vorderen Teil nach unten klappen und innerhalb der Laschenbreite den hinteren Teil an die Hose mit einem Geradstich annähen.

Wiederhole den Schritt auch beim zweiten Hosenbein.



Je nach gewählter Höhe, kann es sein, dass du auf der Rückseite die Lasche oberhalb der Fixierung zurückschneiden musst.



Jetzt nur noch die Knöpfe dran und deine Hose ist fertig!



Hier zeige ich dir eine weitere Alternative wie du das innenliegende Gummi versteckt annähen kannst.

Bereite als erstes das Gummi wie in der Grundanleitung vor.



Und stecke dieses dann von Außen auf die rechte Seite der Hose.



Entgegengesetzt der Grundanleitung, liegt das Gummi hier außen und nicht innen.

Fixiere das Gummi gleichmäßig und nähe es in einem Rutsch an.



So müsste das Gummi nun aussehen.



Klappe nun das Gummi nach innen so um, dass die NZ nicht mehr sichtbar ist und du die rechte Seite des Stoffes siehst.

Fixiere die oberste Kante mit Klammern oder Nadeln.

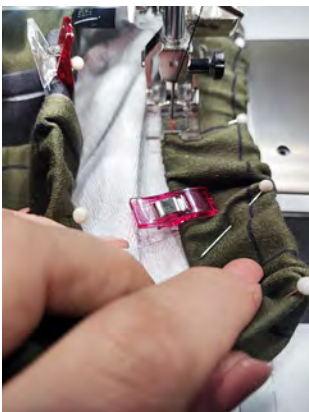
Am Besten gehst du auch hier genau nach dem gleichen Prinzip wie beim Gummibund annähen vor. Fixiere zuerst die beiden Mitten (an den Nähten) und dann die beiden gegenüberliegenden Seiten (Mitte zwischen den beiden Nähten).



Klappe nun das Gummi ein zweites mal nach innen um.

Unter Dehnung musst du nun die Strecke zusätzlich fixieren. Achte darauf, dass die Hose sich an das Gummi eng anschmiegt, und nicht mehr Stoff, als nötig, oberhalb des Gummis bleibt.

Jetzt wird das Gummi einmal rundherum festgenäht.



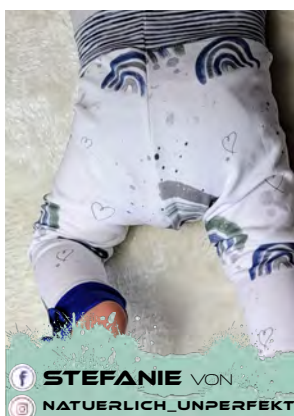
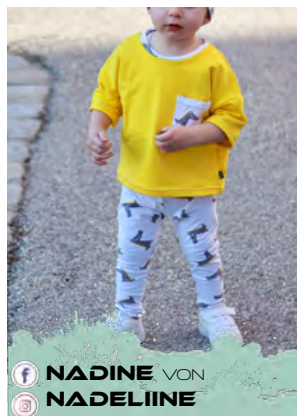
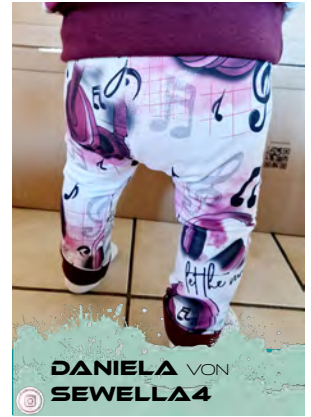
Verwende hierfür zwingend einen **ELASTISCHEN STICH**. Auch **elastische Zierstiche** sind hier gut geeignet.

Hier ist zwingend zu beachten, dass das Gummi unter Dehnung angenäht werden muss.

Ziehe das Gummi in Form indem du beide Hände beim Nähen verwendest - deine rechte Hand zieht und steuert vor der Nadel und deine linke Hand zieht hinter dem Nähfuß. So gleitet das Gummi unter dem Transporteur und die Nadel kann spannungsfrei arbeiten.



Deine Hose sieht von Innen nur etwas aufgeräumter aus.



Du möchtest deine Werke online zeigen und andere damit inspirieren? Oder benötigst selber du Ideen und weitere Designbeispiele?

Versehe deine Posts bei der Veröffentlichung mit ...

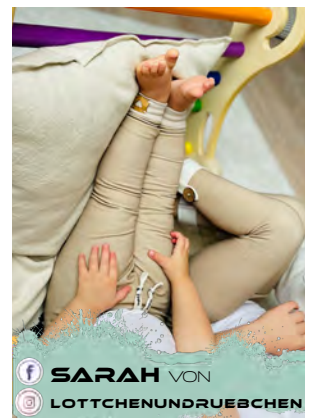
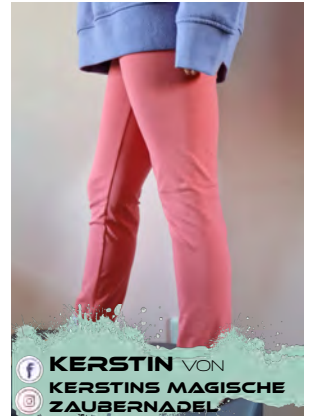
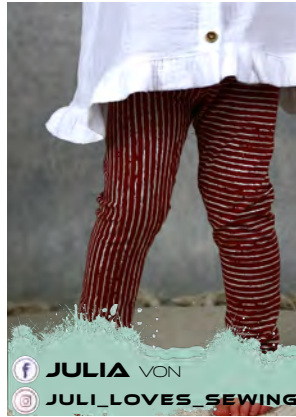
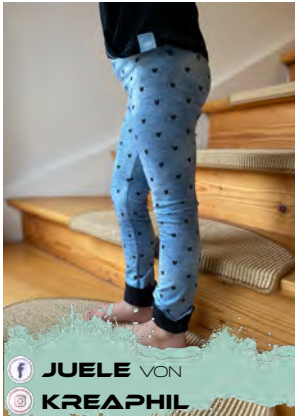


#BeinWerk

Komm in meine FB Nähgruppe **WPS NÄHFORUM** und teile auch hier deine Werke mit anderen.



und es geht auf der nächsten Seite mit wundervollen Beispielen weiter ...



und es geht auf der nächsten Seite mit wundervollen Beispielen weiter ...



Du möchtest deine Werke online zeigen und andere damit inspirieren?
Oder benötigst selber du Ideen und weitere Designbeispiele?

Versehe deine Posts bei der Veröffentlichung mit ...



#BeinWerk

Komm in meine FB Nähgruppe **WPS NÄHFORUM** und teile auch hier deine Werke mit anderen.

