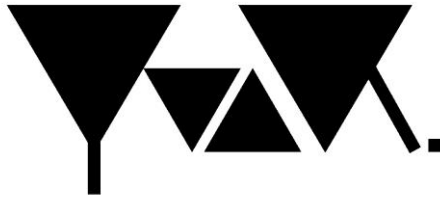


Sommerhose „Flotte Beinfreiheit“

von Yva R.



Braucht ihr noch eine bequeme Hose **für Zuhause**? Oder eine lässige weite Hose **für den Alltag**? Oder sogar noch eine weite Hose im **Pallazostil** fürs Büro? Oder vielleicht noch eine hübsche Hose für den **Bauchtanz**? Oder eine Hose, die **viel Beinfreiheit für Sportarten wie Parkour, Klettern oder Yoga** bietet? Ihr wollt eine weite Hose, die **trotzdem knackig am Popo** sitzt? Oder wollt ihr euch endlich **lässige Shorts** nähen?

Aber eigentlich habt ihr gar nicht so viel Zeit, eine Hose zu Nähen?

Dann ist die Sommerhose „flotte Beinfreiheit“ genau das Richtige für euch! Sie ist weit geschnitten, besteht aus nur einem Schnittteil und ist dank zahlreicher Beschleunigungstricks (sogar für das Zusammenkleben des Schnitts) **richtig flott genäht**. Ihr könnt neben den üblichen Kaufgrößen von XS bis XL zwischen einer „**low waist**“ und einer „**comfort**“ **Höhe für den Bund** wählen. Außerdem sind Linien für **Hosenlängen eurer Körpergröße entsprechend** eingezeichnet. Es gibt auch eine Linie, um euch eine tolle kurze Hose zu nähen. Trotz fehlender Seitennaht müsst auch nicht auf Taschen verzichten, denn auch da habe ich mir was einfallen lassen. Ihr könnt die Hose **aus festem oder dehnbaren Stoff** nähen. Oder vielleicht mögt ihr es doch lieber ein bisschen schmaler? Auch **wie ihr den Schnitt entsprechend anpassen** müsst, ist in diesem **ausführlich bebilderten Freebook** übersichtlich erklärt.

Und wenn ihr schon Profis seid und keine langen Anleitungen mehr braucht, dann steht **alles Wichtige** (Stoffbedarf, Kurzanleitung, ...) auch schon **auf dem Schnitt** drauf, so dass ihr nur noch den Schnitt ausdrucken müsst.

Na? Habt ihr jetzt Lust bekommen? Wollt ihr jetzt gleich die erste schöne „flotte Beinfreiheit“ nähen? Dann geht's jetzt los mit der Anleitung :)

Wenn ihr dieses Freebook verwendet, dann seid so fair und verweist auf den Ursprung dieses Freebooks, **YvaRPunkt.blogspot.de** oder **facebook.com/yvarpunkt**. Alle Rechte für den Schnitt liegen bei mir. Kleinserien dürfen verkauft werden. Die industrielle Massenproduktion ist nicht erlaubt.

Wenn ihr Fragen habt, etwas unklar ist oder ihr Fehler bemerkt, freue ich mich über eine Email von euch an yva82@gmx.de.

Ich wünsche euch viel Spaß und Freude mit dem Schnitt! :)

Inhaltsverzeichnis

Material.....	4
Einkaufsliste.....	5
Schnitt und Zuschnitt.....	5
Ausdrucken und Kleben des Schnitts.....	5
Schnitt anpassen und ausschneiden.....	6
Zuschnitt.....	8
Nähen.....	9
Nähen der Taschen.....	9
Nähen eines faulen Gummizugsauks.....	11
Nähen der Hose.....	14
Bündchen annähen und Band einziehen.....	15
Danksagung.....	17
Designbeispiele der Probenäherinnen.....	18
Schnitt.....	31
Übersichtsplan.....	31
Taschenbeutel.....	32
Hose.....	33

Material

Ihr braucht natürlich eine **Nähmaschine**, wenn ihr die Hosen nähen wollt, die am besten mit **passendem Garn** bestückt ist.

Dann könnt ihr die Hose **sowohl aus dehnbaren als auch aus nicht dehnbaren Stoffen** nähen. Der Fantasie sind also keine Grenzen gesetzt. Wenn ihr den Stoff aus einem dehnbaren Stoff näht, wählt einfach die Größe, die ihr euch auch im Laden genommen hättet, aus. Wenn ihr euch aber unsicher seid, dann misst die breiteste Stelle eures Popos und vergleicht sie mit der folgenden Tabelle, um euch für eine Größe zu entscheiden.

Tabelle 1: Größentabelle

	XS	S	M	L	XL
Popoumfang in cm (stärkste Stelle)	90	96	104	110	124

Wenn ihr einen nicht dehnbaren Stoff wählt, sollte die Hose eine Größe weiter zugeschnitten werden. Bleibt aber mit der Schrittnaht und der Bundhöhe bei eurer Größe. Näheres dazu erfahrt ihr im Kapitel „Schnitt und Zuschnitt“.

Ihr braucht je nach Hosengröße und Breite des Stoffs **unterschiedlich viel Stoff**. In der folgenden Tabelle habe ich die Maße des Schnitts mit der höchsten Bundhöhe und der Körpergröße bis 1,80m zusammengestellt.

Tabelle 2: Maße des Schnitts für eine Körpergröße von 1,80m pro Größe

inkl. Nahtzugabe 1cm	XS	S	M	L	XL
Breite in cm	65	69	73	77	81
Länge in cm	110	111	112	113	115

Im Folgenden seht ihr eine Tabelle über den **aufgerundeten Stoffbedarf** bei einer Körpergröße von 1,80 bis 1,85m für gegebene Stoffbreiten inklusive einem kleinen Sicherheitspuffer in der Länge von 10cm (denn manchmal wird ja sehr geizig zugeschnitten oder der Stoff läuft beim Waschen ein).

Tabelle 3: Stoffbedarf für unterschiedlich breite Stoffe pro Größe

Körpergröße 1,80m!	XS	S	M	L	XL
140cm breit	1,20m	1,30m	2,50m	2,50m	2,50m
150cm breit	1,20m	1,30m	1,30m	2,50m	2,50m
160cm breit	1,20m	1,30m	1,30m	2,50m	2,50m

Wenn ihr 20cm kleiner seid, könnt ihr natürlich entsprechend 20cm abziehen. Wenn ihr größer seid, rechnet lieber nochmal 10cm drauf.

Für den **Bund** oben braucht ihr auf jeden Fall einen dehnbaren Stoff. **Bündchenware** bietet sich hier an, die ist schön dehnbar und robust. Aber ihr könnt auch **Jersey** verwenden, wobei ihr aber bedenken müsst, dass er nicht so dehnbar ist wie Bündchenware. Wenn ihr in den Bund oben eine **Kordel** oder ein **Jerseyband** einziehen wollt, braucht ihr noch ein kleines Stück Stoff, SnapPap (ein Papier-Plastik-Gemisch, das ähnliche Eigenschaften hat wie Leder) oder Leder zur Verstärkung und

evtl. **Vliesofix**, wenn dieses Stück Stoff dehnbar ist. Dazu sehen **Ösen** für die Kordelöffnungen sehr schön aus. Ihr könnt aber auch Knopflöcher stattdessen nähen. Für den **Gummizug** unten an den Beinabschlüssen braucht ihr noch **1-2cm breites und mindestens 70cm langes Gummiband**.

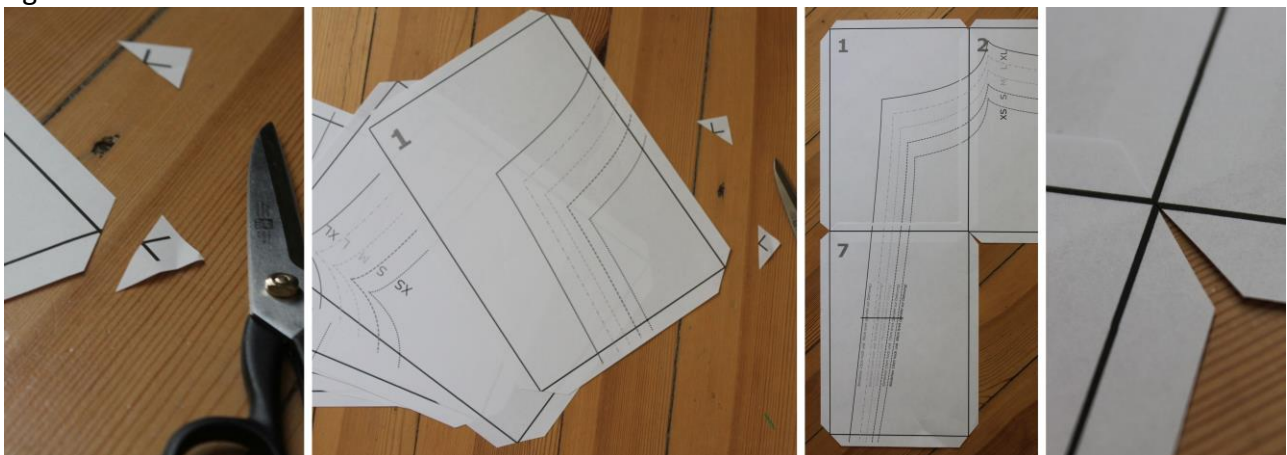
Einkaufsliste

- ____m Stoff
- Bündchenstoff oder Jersey für den Bund
- 70cm langes 1-2cm breites Gummiband
- passendes Nähgarn
- (Kordel (ca 1,5m, kürzen könnt ihr dann immer noch))
- (zwei Ösen mit einem Durchmesser von 5 bis 8 mm (z.B. von Prym))

Schnitt und Zuschnitt

Ausdrucken und Kleben des Schnitts

Druckt euch den Schnitt OHNE Seitenanpassung oder bei 100% aus. Überprüft, ob das Kontrollkästchen auch wirklich 5 x 5cm groß ist. Die Linien sind alle neben unterschiedlichen Farben auch unterschiedlich gestrichelt. Deshalb könnt ihr **sogar einen schwarz-weiß Druck** machen. Da es sehr viele Seiten sind, empfehle ich euch **Schmierpapier zu verwenden**. Ich und mein Freund haben zum Beispiel bei der Arbeit einen Druck- und Kopierraum, wo Fehldrucke auf einem Stapel gesammelt werden. Dort kann sich jeder für seinen Schmierpapiervorrat bedienen. Sonst würde das Papier im Müll landen, und das wäre ja schade. Vielleicht habt ihr sowas auch irgendwo?



Wenn ihr alles ausgedruckt habt, kommt das **Zusammenkleben**. Ich habe irgendwo im Internet mal den **superschnellen und genialen Trick** gesehen, von den einzelnen Schnittseiten **nur die Ecken abzuschneiden**, wenn der Schnitt so aussieht wie in meinem Fall hier mit dem Seitengitter. Dann könnt ihr **über die Ecken die Blätter genau ausrichten**.

In der Übersicht könnt ihr sehen, welches Blatt an welche Position:

so umkrempeln wollt wie in meinem Designbeispiel für die Shorts, dann müsst ihr etwa 8 bis 10 cm dazu geben.

Im Laufe des Probenähens hat sich herausgestellt, dass einigen die niedrige Bundhöhe eher unbehaglich ist. Deshalb bietet der Schnitt **zwei Bundhöhen** an: **LowWaist**, also niedriger Sitz auf der Hüfte, und **Comfort**, also ein höherer Bund. Ihr müsst euch beim Ausschneiden für eine der Bundhöhen eurer Kaufgröße entsprechend entscheiden.

Wenn ihr lieber eine **schmalere Hose** haben wollt, nehmt ihr am Popo eure Kaufgröße und an den Beinen eine Größe schmäler. Das folgende Bild zeigt euch ein Beispiel dafür.

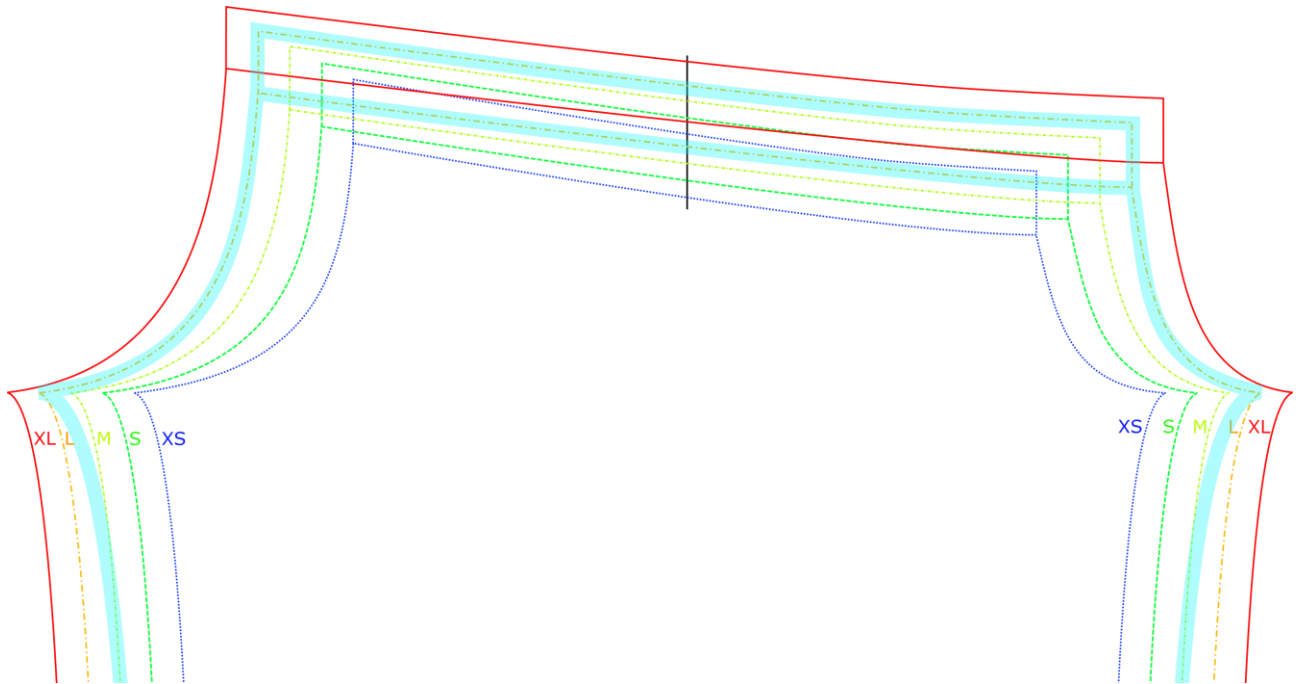


Abbildung 2: Schnittanpassung für eine schmalere Hose

Die helle türkise Linie verläuft für eine schmale Hose in Größe L z.B. an Schritt und Bund bei eben Größe L, läuft dann aber an den Beinen in die schmalere Größe M über.

Wenn ihr die Hose aus **nicht dehnbarem Stoff** nähen wollt, nehmt ihr am Popo eure Kaufgröße und an den Beinen eine Größe weiter.

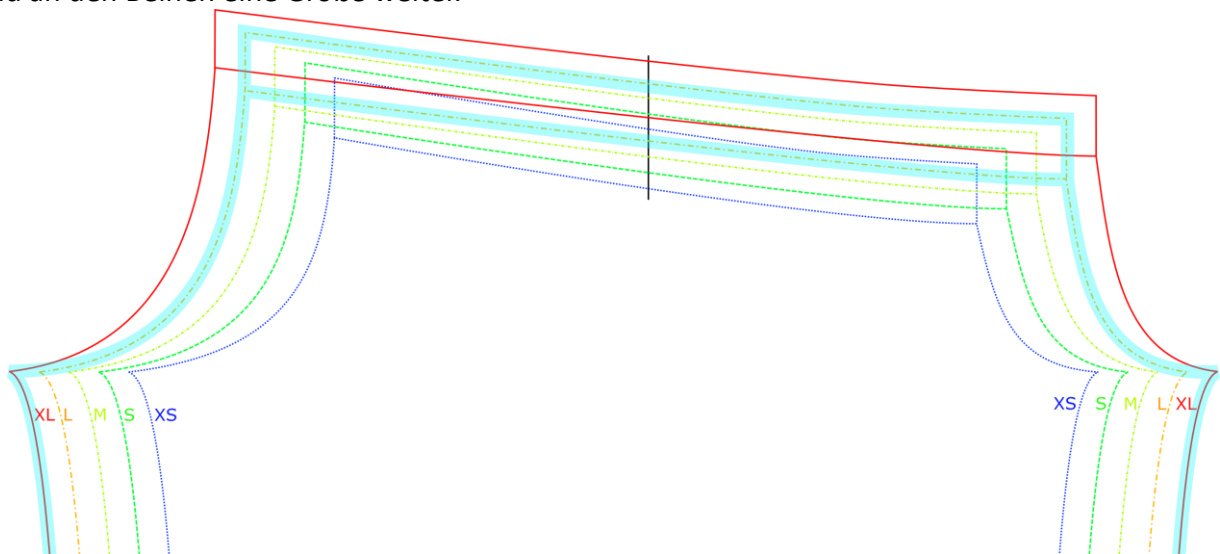


Abbildung 3: Schnittanpassung für eine Hose aus nicht dehnbarem Stoff

Die helle türkise Linie zeigt euch, dass ihr bei der Weite z.B. XL nehmt und dann am Schritt in Größe L übergeht, wenn diese eurer Kaufgröße entspricht. **Es ist ganz wichtig**, dass ihr durch die gezeigte Änderung den **Schritt verlängert**. Denn der Schnitt ist ja am Popo sehr knackig und passt eventuell nicht mehr, wenn ihr das mit nicht dehnbaren Stoffen vergesst.

Achtet bei allen diesen Änderungen einfach darauf, dass die Schrittnaht und die Bundhöhe eurer eigentlichen Kaufgröße entspricht.

Zuschnitt

Die Hose besteht aus **nur einem Schnittteil**, das ihr **gegengleich zuschneiden** müsst. Faltet euren Stoff also, je nachdem wie es passt, entweder längs zum Fadenlauf oder quer zum Fadenlauf. Praktisch für das Anzeichnen des Gummizugtunnels ist es, wenn dabei schon die linke, also die nicht-schöne, Seite außen liegt.

Wenn ihr **Taschen** haben wollt, müsst ihr **zweimal gegengleich**, also viermal, den Taschenbeutel ausschneiden. Denkt unbedingt dann auch an die **Positionsknipse an den Taschen und am Hosenbund** oben, damit ihr die Taschen richtig positionieren könnt.

Im Schnitt sind KEINE Nahtzugaben enthalten. Schneidet also mit eurer gewöhnlichen Nahtzugabe zu.



Das müsstet ihr also jetzt vor euch liegen haben.

Für den **Zuschnitt des Bündchen**, das oben an die Hose kommt, müsst ihr ein bisschen rechnen. Schaut euch zuerst das Bündchen an.

Ist es aus **Bündchenware**? Also dieser sehr flexiblen Rippware, die aus abwechselnd rechten und linken Maschen gestrickt ist? Dann dehnt sich das Bündchen sehr gut und es muss entlang der Dehnung kürzer zugeschnitten werden. Dazu messt ihr den Hosenbund aus und multipliziert diesen Wert mit **0,7 oder kleiner**, wenn die Bündchenware sehr labberig ist.

Soll euer Bündchen oben an der Hose aus **Jersey** sein? Der ist nicht so dehnbar wie Bündchenware, und der Faktor, mit dem Jersey multipliziert werden muss, ist entsprechend größer. Multipliziert euren Hosenbundwert also eher mit **0,8, oder mindestens 0,75**, wenn es auch ohne eingezogenes

Band gut sitzen soll.

Wenn ihr euch für **Sweatshirtstoff** beim Bund entscheidet, der meistens noch weniger dehnbar ist als Jersey, müsst ihr den Wert für den Hosenbund mit **mindestens mit 0,8 multiplizieren, besser jedoch mit 0,85**. Da das dann jedoch noch sehr weit ist, **müsst** ihr bei dieser Art auf jeden Fall eine **Kordel einziehen**. Mehr dazu im Kapitel „Nähen“ und „Bündchen annähen und Band einziehen“.

In der folgenden Tabelle sind ein paar Richtwerte für die Bündchenlänge angegeben, an denen ihr euch natürlich auch orientieren könnt, wenn ihr lieber nicht nochmal nachrechnen wollt.

Tabelle 4: Bündchenlängen für den Zuschnitt je nach Bündchenmaterial

	XS	S	M	L	XL
Bündchenware (x 0,7)	62	67	73	110. 77	84
Jersey (x 0,8)	70	77	83	88	96
Sweatshirtstoff (x 0,85)	75	82	88	94	102

Für die Höhe des Bündchens nehme ich gerne beim Zuschnitt 15cm. So ist es nach dem Annähen etwa 7cm hoch.

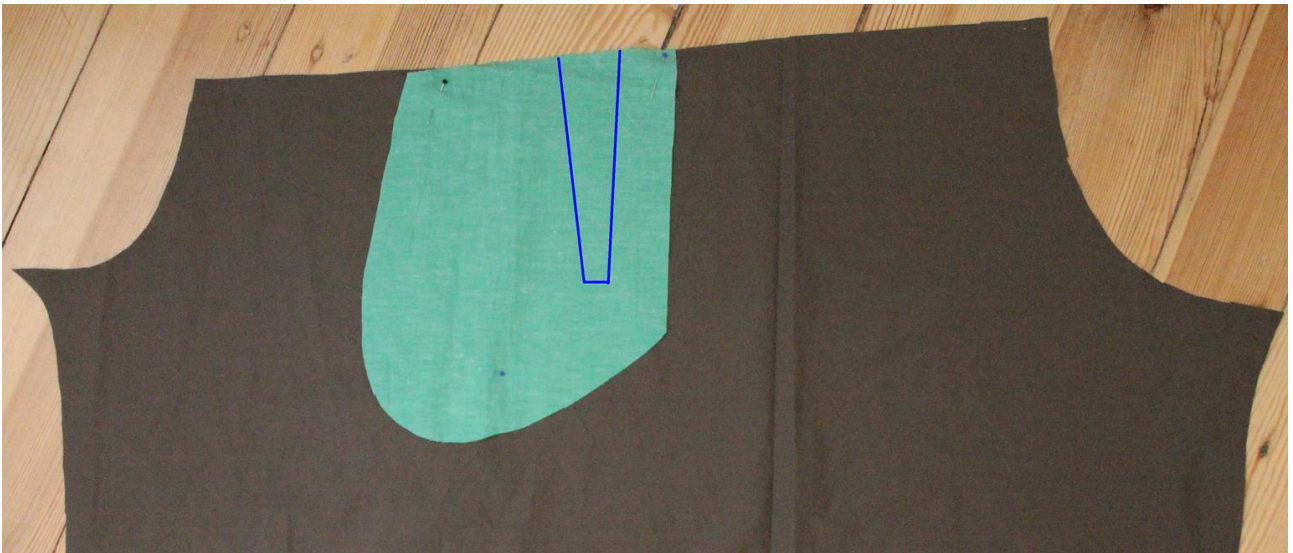
Nähen

Nähen der Taschen

Wenn ihr Taschen an eurer Beinfreiheit haben wollt, dann habt ihr bereits den Taschenbeutel viermal zugeschnitten vorliegen, jeweils zwei immer gegengleich. Habt ihr auch an die **Positionsknipse** gedacht? ;)



Legt nun das Taschenschnittmuster auf den Taschenbeutel, der später von der Tasche der äußere Teil sein soll (also kaum sichtbar), und **markiert auf der linken Stoffseite den Tascheneingriff** mit Schneiderkreide oder einem Trickstift (der verschwindet bei Feuchtigkeit oder Hitze wieder). Wiederholt das ganze beim anderen äußeren Taschenbeutel.

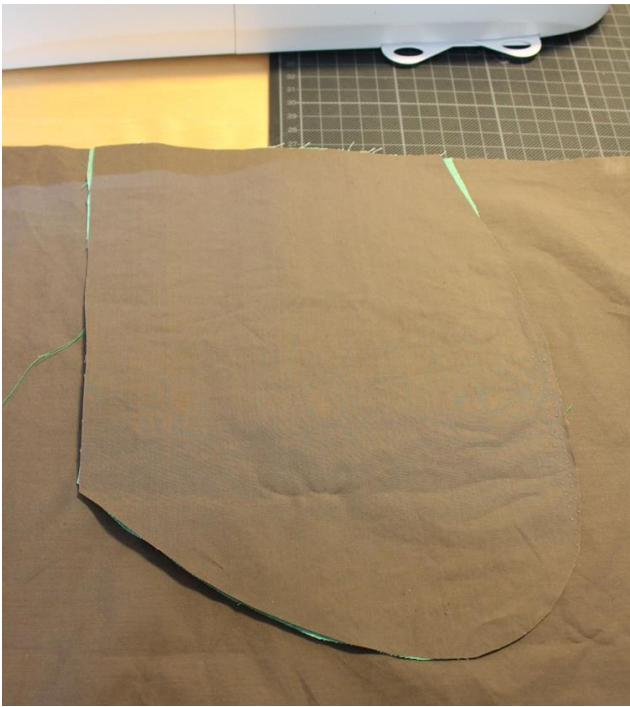


Legt nun einen der markierten Taschenbeutel **rechts auf rechts** auf eines der Schnittteile. Nehmt dafür den Taschenbeutel, der mit der **runden Seite zur vorderen Schrittnaht** (hier links im Bild) zeigt. Achtet darauf, dass die **Knipse** vom Taschenbeutel und vom Hosenteil **genau aufeinander** liegen. Steckt alles sicher fest und **näht dann entlang** der von euch gemachten **Markierung** für den Tascheneingriff. In den Ecken **versenkt ihr die Nadel**, hebt das Nähfüßchen und dreht euch dann den Stoff. So bekommt ihr sauber genähte Ecken hin.

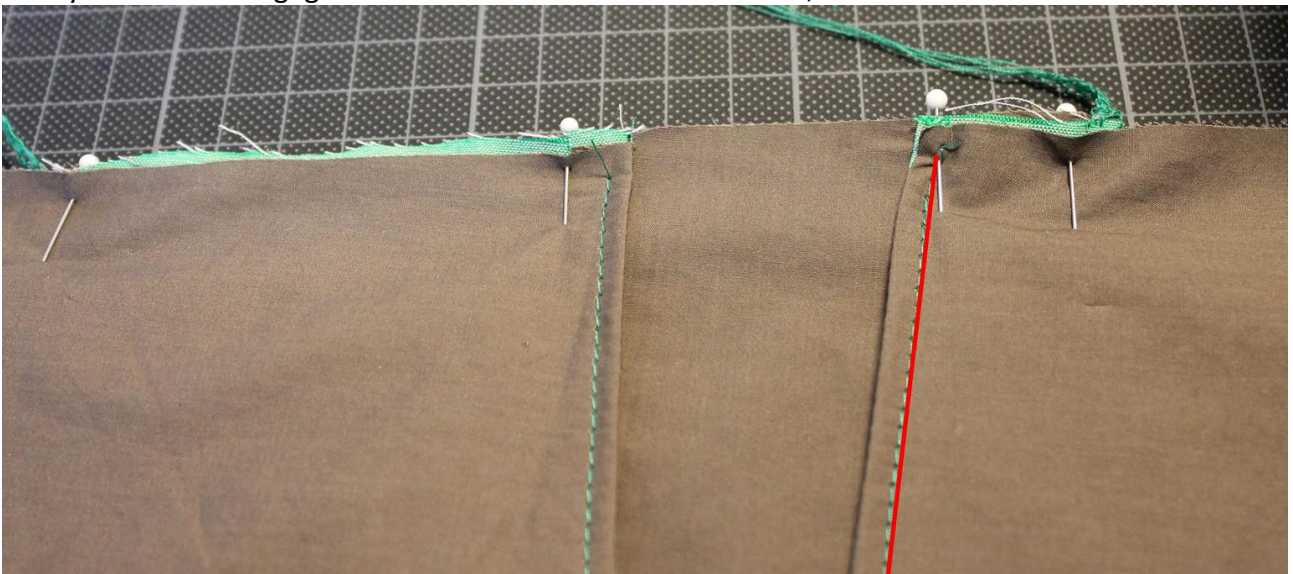


Jetzt braucht ihr etwas Mut. **Schneidet** nun den **Tascheneingriff aus** und lasst dabei eine **Nahtzugabe stehen**. In den Ecken **schneidet** ihr bis ganz **dicht in die Ecke** ein, damit sich das nicht zu doll knubbelt, wenn ihr die Tasche gleich wendet. Schlagt jetzt den **Taschenbeutel auf die linke Seite des Hosenteils**. Am besten bügelt ihr jetzt einmal schön drüber (ich war zu faul ;D), dann wird das anschließende knappkantige Absteppen sauberer.

ACHTUNG: Wenn ihr einen dehnbaren Stoff für Hose und Taschen gewählt habt, kann es sinnvoll sein, einen dehnbaren Stich für alle diese Schritte zu verwenden (zum Beispiel dreifach Geradstich). So ein Tascheneingriff kann schon mal ordentlich beansprucht werden.



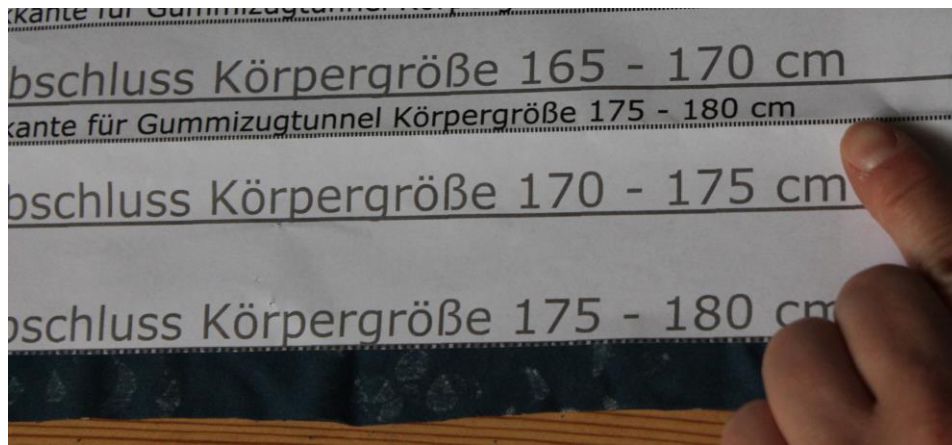
Dreht nun alles um, ihr seht nun die zukünftige **Innenseite eurer Hose**. Legt den inneren (bei mir hier braun) Taschenbeutel auf den äußeren (der grüne von eben). Bei mir ist der innere Taschenbeutel aus dem gleichen Stoff wie die Hose. **Näht nur die beiden Taschenbeutel aneinander**. Ich hoffe, dass euch das Bild oben rechts verdeutlicht, was ich meine. Wenn ihr einen gewebten Stoff verwendet, müsst ihr dabei auch ans Versäubern denken. Gestrickte Stoffe wie Jersey und Sweat hingegen brauchen nicht versäubert werden, weil sie nicht aufrübbeln.



Dreht euch nun alles wieder um und steckt oben die Kanten schön aufeinander, so dass keine Falten entstehen. Damit die Tasche nicht unschön aufklappt, müsst ihr noch einmal in der **hinteren Absteppnaht alle Schichten zusammennähen**. Dazu habe ich auf der geraden hinteren Naht einfach noch einmal hin und zurück genäht (rote Linie).

Nähen eines faulen Gummizugtunnels

Ich mag's, wenns **schnell und unkompliziert** geht und zum gleichen Ziel führt. So ist es mir auch mit dem Tunnel für den Gummizug unten an den Beinabschlüssen gegangen. Da habe ich mir eine schöne, faule Variante einfallen lassen, die schnell und einfach ist.



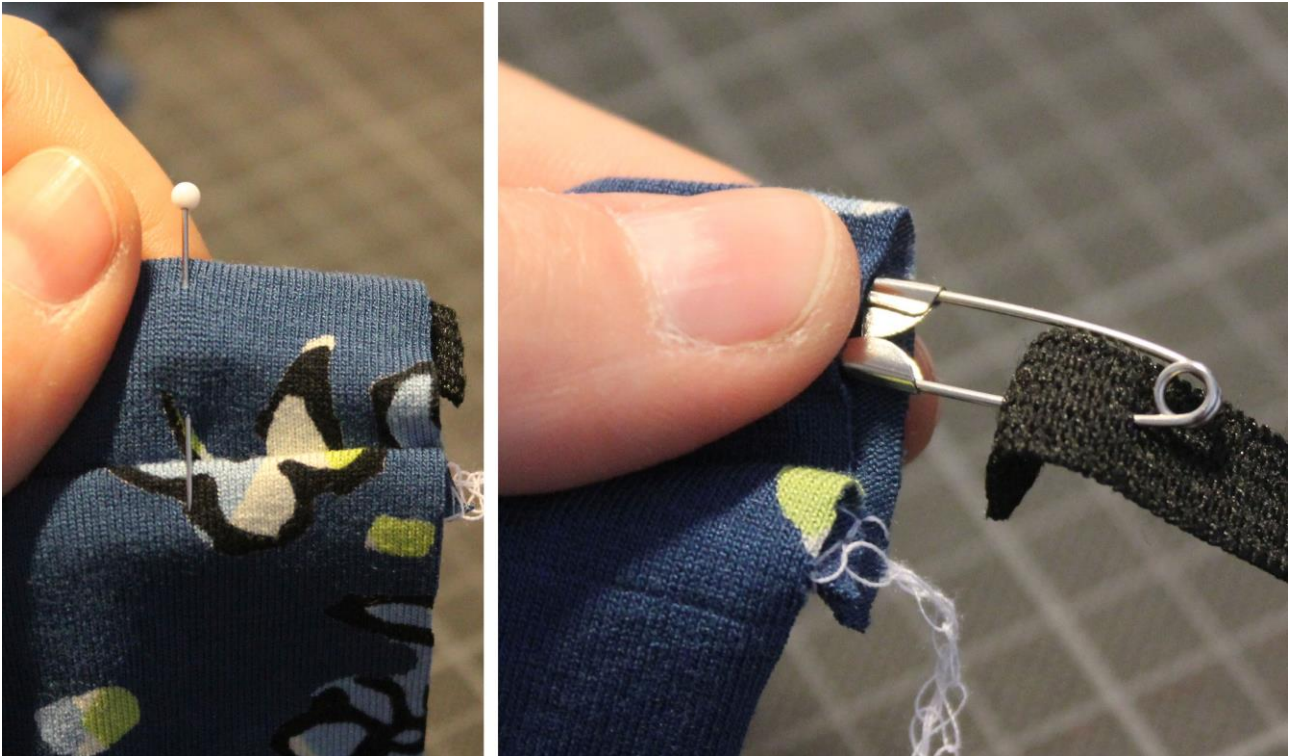
Bestimmt sind euch die **gestrichelten Linien** unten am Bein aufgefallen. Die brauchen wir jetzt. Ich bin 1,78m groß und habe das Schnittmuster entsprechend gekürzt. Jetzt sucht euch diese gestrichelte Linie eurer Körpergröße entsprechend und **knickt an ihr das Schnittmuster nach hinten** um.



Macht euch nun mit Schneiderkreide oder einem Trickstift eine **Markierung entlang dieser Kante** auf die **linke Seite** eurer Hosenschnittteile. Ganz rechts im Bild oben seht ihr, dass ich für das gegengleiche Schnittteil einfach beide Schnittteile am Schnitt hochgeklappt habe. Dann bin ich mit der Schneiderkreide an der Kante entlang gefahren und hatte so auch gleich das andere Schnittteil auf der linken Stoffseite markiert.



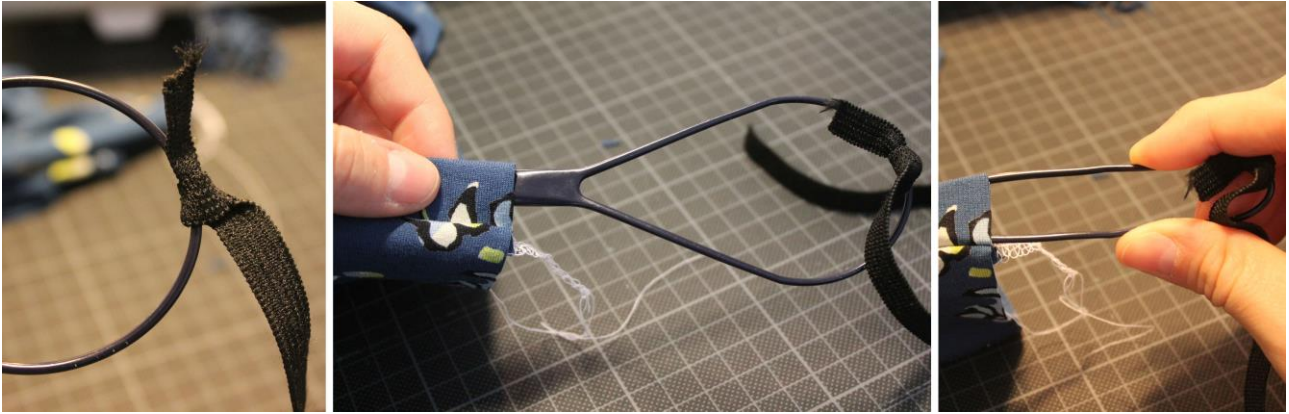
Jetzt legt euch das Hosenschnittteil so hin, dass euch die **rechte Seite anschaut** und bügelt euch die Kante entlang der Markierung um. Jetzt **faltet** die umgebügelte **Kante wieder bündig zurück**, wie das mittlere Bild deutlich macht. Näht jetzt an der **Kante entlang alles zusammen**. Denkt an einen versäubernden Stich, wenn ihr Webware verwendet. Und fertig ist bereits der Tunnel für den Gummizug!



Jetzt zieht ihr entweder ganz klassisch einen maximal 2cm breiten **Gummi mit einer Sicherheitsnadel** ein. Für die Länge orientiert euch am besten daran, was euch bequem ist. Ich finde **30 bis 35cm eine gute Länge**. Kurz bevor euch ein **Ende im Tunnel verschwindet**, steckt ihr euch den Gummi mit einer **Stecknadel fest**. Das Gleiche macht ihr mit dem Gummi auf der anderen Seite des Tunnels, wenn ihr durch seid.



Oder ihr habt so eine lustige Haarschleife. Damit kann man sich ganz kunstvolle Frisuren machen. Oder eben einen Gummi ganz schnell in einen Tunnel einziehen. (Ich glaube, von Prym gibt es sowas auch in professionell)



Knotet euch dazu das Gummi an die Schlaufe und steckt die Haarschleife in den Tunnel. Die Schlaufe müsst ihr dann etwas zusammendrücken. Zieht euch fix den Gummi ein und fertig.



Wenn ihr die Taschen und die Gummizugtunnel an beiden Hosenschnittteilen fertig habt, müsste es so ähnlich bei euch aussehen.

Nähen der Hose

Nun gibt es zwei Möglichkeiten, die Hose zusammen zu nähen.



Ich nehme ein Hosenbein, lege die Beininnennähte rechts auf rechts aufeinander und schließe sie immer erst wie in dem Bild oben. Dabei wird auch praktischerweise der Gummizugtunnel geschlossen und das eingezogene Gummi fixiert.



Wenn ihr von beiden Hosenbeinen die Innennähte geschlossen habt, **wendet ihr ein Bein auf rechts und steckt es IN das noch auf links gezogene Hosenbein**. Jetzt **schließt die Schrittnaht**.

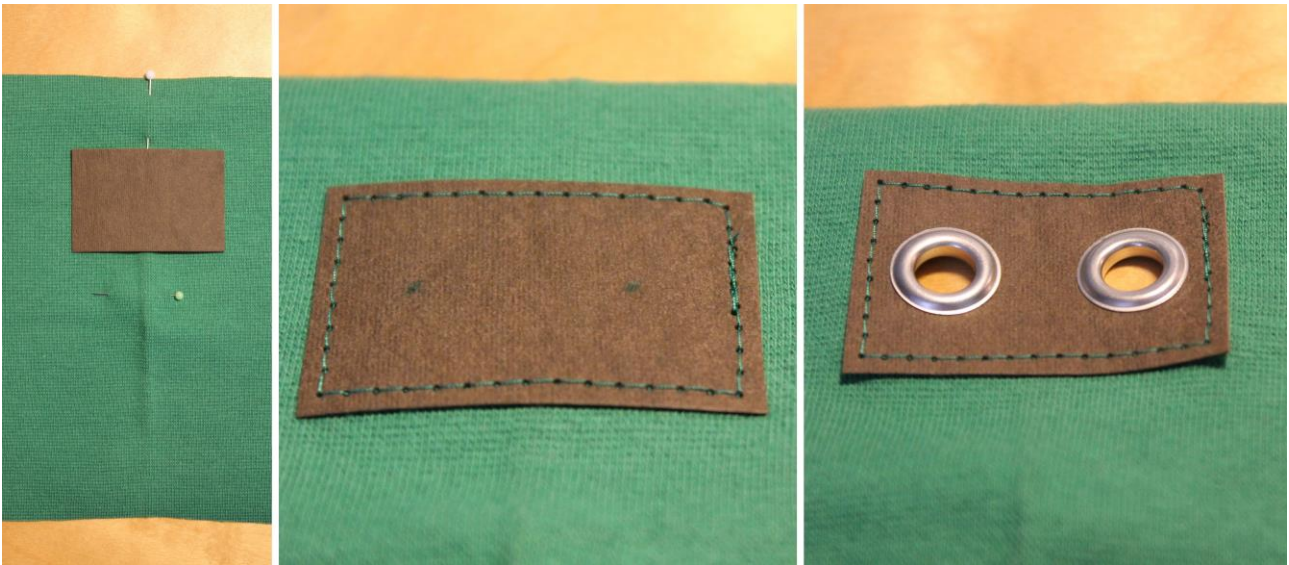
Das ganze geht auch umgekehrt. Erst legt ihr die beiden Hosenbeinteile rechts auf rechts aufeinander und schließt jeweils die beiden Schrittnähte. Dann zieht ihr die Beine auseinander und legt die Beininnennähte aufeinander. Jetzt könnt ihr die Beininnennaht in einem Rutsch schließen.

Bündchen annähen und Band einziehen

Am bequemsten finde ich die Lösung mit einem **Bündchen** oben. Die Länge könnt ihr im Kapitel „Zuschnitt“ nachschlagen. Die Höhe könnt ihr euch so wie ich machen (15cm beim Zuschnitt, ca. 7cm nach dem Annähen) oder ihr macht es noch höher. Oder ihr macht euch einen **Schwangerschaftsbund** dran, dafür ist der Bund vom Schnitt tief genug. Beim Probenähen wurde sogar ein schöner **Wasserfallbund** genäht. Oder ihr setzt einen richtigen **Formbund** an. Der Fantasie sind auch hier keine Grenzen gesetzt.

Bevor ihr allerdings das Bündchen annäht, müsst ihr entscheiden, ob ihr ein **Band einziehen** wollt. Denn dafür müssen noch die **entsprechenden Öffnungen** in Form von **Ösen oder genähten Knopflöchern** am Bündchen angebracht werden. Je nachdem wie die Hose am Bund bei euch ausfällt, kann ein Band zum Schnüren sinnvoll sein, damit euch die Hose nicht vom Popo rutscht. Aber selbst wenn ihr das erst nach dem Annähen des Bündchens feststellt, gibt es noch eine zugegeben nicht so schöne **Notlösung**. Dazu schneidet ihr mit der Schere einfach **zwei KLEINE Löcher** in euer Bündchen an den Stellen, wo das Band rauskommen soll. Da Bündchenware, Jersey und Sweatstoff gestrickte Stoffe sind, ribbeln sie kaum auf, und man kann es als Notlösung so machen. Dann müsst ihr nur noch ein Band einziehen.

Wenn ihr **Ösen** für euer Band, eure Kordel oder einfach nur eine langes zusammengerolltes Jerseyband haben wollt, müsst ihr die **entsprechende Stelle verstärken**, damit die Ösen auch den entsprechenden Halt haben.



Markiert euch dazu die **Längs- und Quermittle** eures Bündchens **mit Stecknadeln** wie in dem Bild oben links, damit ihr die Verstärkung gut positionieren könnt.

Ich habe festgestellt, dass es reicht, ein **kleines Stoffrechteck (ca. 4x3cm)** mit Vliesofix zu bebügeln. Vliesofix ist eine Stoffklebefolie zum Bügeln, mit der man Stoffe aufeinander kleben kann, was sie etwas steifer macht. Stattdessen könnt ihr aber auch einfach **SnapPap** (ein Papier-Plastik-Gemisch, das ähnliche Eigenschaften wie Leder hat) oder **Leder** nehmen. Beide **Verstärkungen** **näht** ihr noch einmal **fest**. Anschließend könnt ihr die **Ösen nach Packungsanleitung** anbringen.

Jetzt **schließt** ihr euer **Bündchen an den kurzen Seiten zu einem Ring** und faltet es **längs links auf links**. Um die Dehnung des Bündchens beim Annähen gleichmäßig zu verteilen, **markiert** ihr euch nun die **hintere und vordere Mitte als auch die seitlichen Mitten** mit Stecknadeln. Das **gleiche** macht ihr mit eurem **Hosenbund**, wobei ihr da nur noch die seitlichen Mitten finden müsst, da vordere und hintere Mitte durch die Schrittnähte gegeben sind.



Steckt jetzt das Bündchen an den Hosenbund und nutzt dazu die Stecknadelpositionen an hinterer, vorderer und seitlicher Mitte. Wenn ihr **Ösen oder eine sonstige Verstärkung** für ein Band angebracht habt, sollte diese nun **zum Hosenstoff schauen** (also zwischen den Stofflagen).



Dehnt das Bündchen zwischen den so entstandenen Vierteln bis der Hosenstoff keine Falten mehr wirft, und steckt euch auch hier in der Mitte noch einmal die Stofflagen zusammen. Wenn ihr ein **Band einziehen** wollt, dann ist jetzt vor dem Annähen noch ein guter und unkomplizierter Zeitpunkt dafür. Näht nun das Bündchen fest, in dem ihr es immer nur soweit **zwischen den Nadeln** dehnt, dass der **Hosenstoff keine Falten** mehr wirft. Der Hosenstoff sollte möglichst nicht gedehnt werden.

Und dann seid ihr schon fertig :D

Danksagung

Wie immer steckt viel Liebe, Begeisterung, Arbeit und Fleiß in diesem Freebook. Aber nicht nur von mir allein! Denn es gibt so einige Menschen, die mir tatkräftig dabei geholfen haben!

Ein dickes Danke gilt Julia Kentrat, die mir in der großen Probenähgruppe, bei Grübeleien und ganz besonders bei der Namensfindung sehr geholfen hat!

Dann wäre da noch mein Mann, der mir, so gut er konnte, den Rücken frei gehalten hat. Denn mit zwei kleinen Kindern (eins davon noch unter einem Jahr) und einem berufstätigen Elternteil, bleibt da nicht so viel freie Zeit übrig. Aber er hat es möglich gemacht.

Und dann bedanke ich mich noch ganz herzlich bei all den lieben Probenäherinnen, die Zeit und Stoff für das Nähen dieser Hose hergegeben haben. Schaut euch mal die beliebtesten flotten Beinfreiheiten in den Designbeispielen an!

Designbeispiele

Als die erste Hose nach diesem Schnitt so gut ankam, hatte ich ja in einer spontanen Aktion eine offene Probenähgruppe gegründet, in der sich nach und nach über 400 Damen versammelten. Es hatte den Vorteil, dass sich viele wirklich liebe und eifrige Näherinnen rauskristallisierten. So sind viele tolle Hosen entstanden, die hier leider die Datei gesprengt hätten. Also hatte ich die Idee, eine Wahl der schönsten Beinfreiheiten zu machen. Und um dem ganzen einen Anreiz zu geben, bekam die Siegerin einen Stoffgutschein. Im Folgenden seht ihr also nun die beliebtesten Hosen aus dem offenen Probenähen.



Die Siegerin der Hosenwahl hat sich eine bequeme Hose genäht, die sogar unter den hübschen Schwangerschaftsbauch passt. Hier könnt ihr mehr von ihren genähten Sachen finden:

<https://www.facebook.com/rivkahsews/> oder <http://rivkahsews.blogspot.de/>



Kerstin Kanner hat sogar eine Familienhose aus dem Schnitt gezaubert. Für ihren Kleinen hat sie 2 Seiten auf eine gedruckt und noch ein paar weitere kleine Änderungen vorgenommen. Schaut doch mal auf ihrer Seite nach: Fräulein H von SZ, <http://fraeuleinhvonsz.jimdo.com/nähen-sewing/>



Maïke zeigt, wie cool die Hose auch aus zwei ähnlichen Stoffen aussehen kann. Und vor allem: wie beweglich man mit ihr noch ist!



Anna Scheede hat eine bequeme und wunderschöne Hose mit kleinen Vögeln drauf genäht. Schaut doch mal auf ihrer Facebookseite vorbei <https://www.facebook.com/AnnAnnas18>



Auch gut kam Tanja Hudallas flotte Beinfreiheit aus diesem tollen, wie dafür gemachten Stoff an!



Bettina Weinzierl hat diese drei wundervollen Hosen genäht. Hier könnt ihr sie auf ihrer Facebookseite besuchen: <https://www.facebook.com/BettinasBabywelt>



Silke Schreier hat einen Wasserfallbund genäht, was auch einen tollen Effekt hat!



Diese maritime Hose ist von Andrea Niehoff <https://www.facebook.com/AnNis-Kreativchaos-1686626314951292/>



Rola Relias zeigt ebenfalls, wie sportlich man die Hose einsetzen kann. Unter ihrem Facebookprofil findet ihr noch weitere genähte Sachen von ihr.



Carmen Luppolds Hose könnt ihr euch nochmal hier genauer anschauen:
<https://www.facebook.com/naehcram/> und www.naehcram.de



Uli hat die Hose kurzerhand kurz geschnitten. Hier könnt ihr mehr von ihr lesen

<http://unikatUli.blogspot.de>



Nadine Bormanns genähte Werke könnt ihr euch hier anschauen:

<https://www.facebook.com/Pinkysnaehecke/>



Kristin Ebert hat ebenfalls mehrere schöne Hosen genäht. Unter Anderem hat sie einfach aus dem Kimono Tee und der flotten Beinfreiheit einen Jumpsuit gemacht. Schaut doch mal auf ihrer Facebookseite vorbei: <https://www.facebook.com/N%C3%A4hmotte-793059727464732/>



Kathrin Hermes konnte mit ihren flotten Beinfreiheiten sogar ihre Yogalehrerin begeistern.



Maren Orlovius hat auch gleich mehrere Versionen genäht. Schaut doch mal hier <https://www.facebook.com/das-einzelstueck> und hier www.das-Einzelstück.de



Birgit Link hat diese traumhafte Hose genäht. Schaut doch mal hier vorbei: www.facebook.com/Sternenlotta



Kathrin Novak hat diese schöne Schmetterlingshose genäht.



Alexandra Vetter hat diese luftige Traumhose genäht. Auch sie könnt ihr bei Facebook finden:

<https://www.facebook.com/junaundjuno/>



Und MaLou hat diese herrliche sonnengelbe Beinfreiheit genäht.



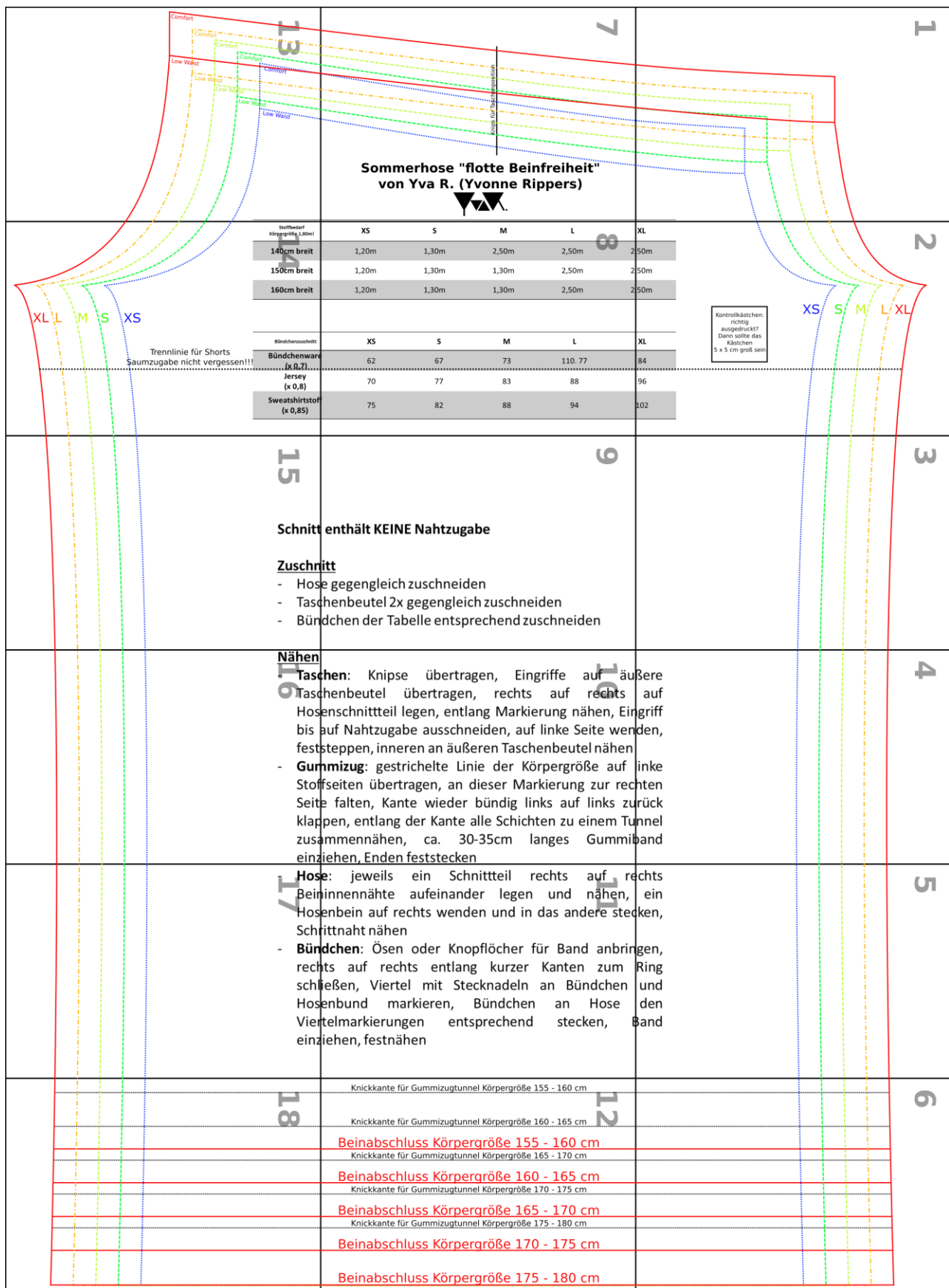
Vanessa Menn hat diese beiden Hosen genäht. Na? Erkennt jemand den Stoff der zweiten Hose?

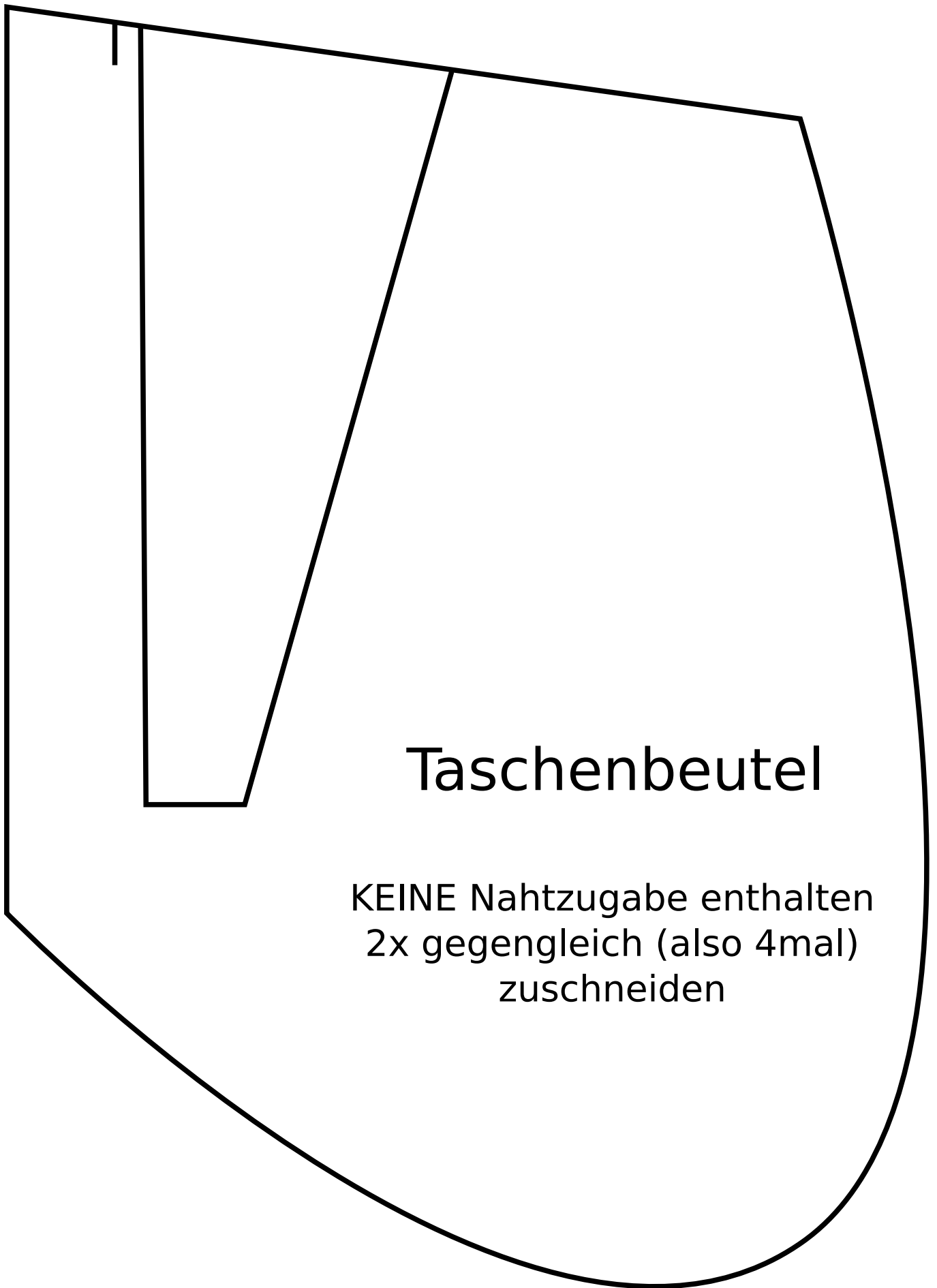
<https://www.facebook.com/VanMenn.de/>

Außerdem mitgenäht haben:

Julia Kentrat (<http://juliakentrat.blogspot.de/>), Stefanie Dell (<https://www.facebook.com/Pinuing-trifft-eNTe-/>), Christine Petri, Diana Gase, Silvia Kramer (<https://m.facebook.com/FrauLamelle-490629147621861/>), Thalea Kasprzak (<https://www.facebook.com/rumpelwichteimpott>), Elisabeth Furman-Mertens (<https://www.facebook.com/Eli-Mes-Creativsammlung.../>), Nina Becker (www.facebook.com/ninasnadelkissen), Anja Zienterra, T. Fröhlich, Alexandra Stollberg, Miriam Bulß (<https://m.facebook.com/Mimis-kreatives-Fadenchaos/>), Julia Laufenberg, Diana Gase, Sabrina Giesa, Nadine B. und viele mehr...

Übersichtsplan

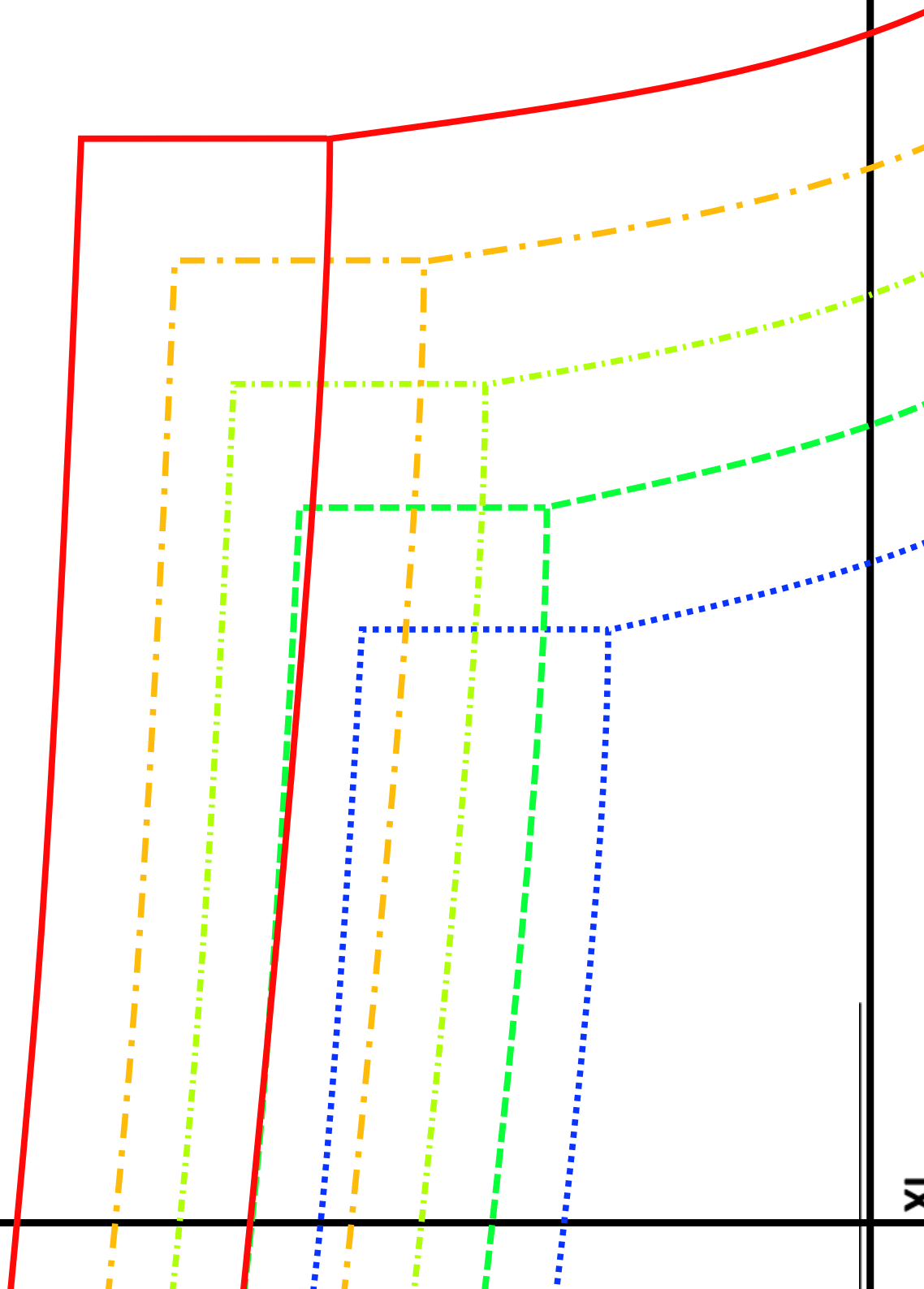




Taschenbeutel

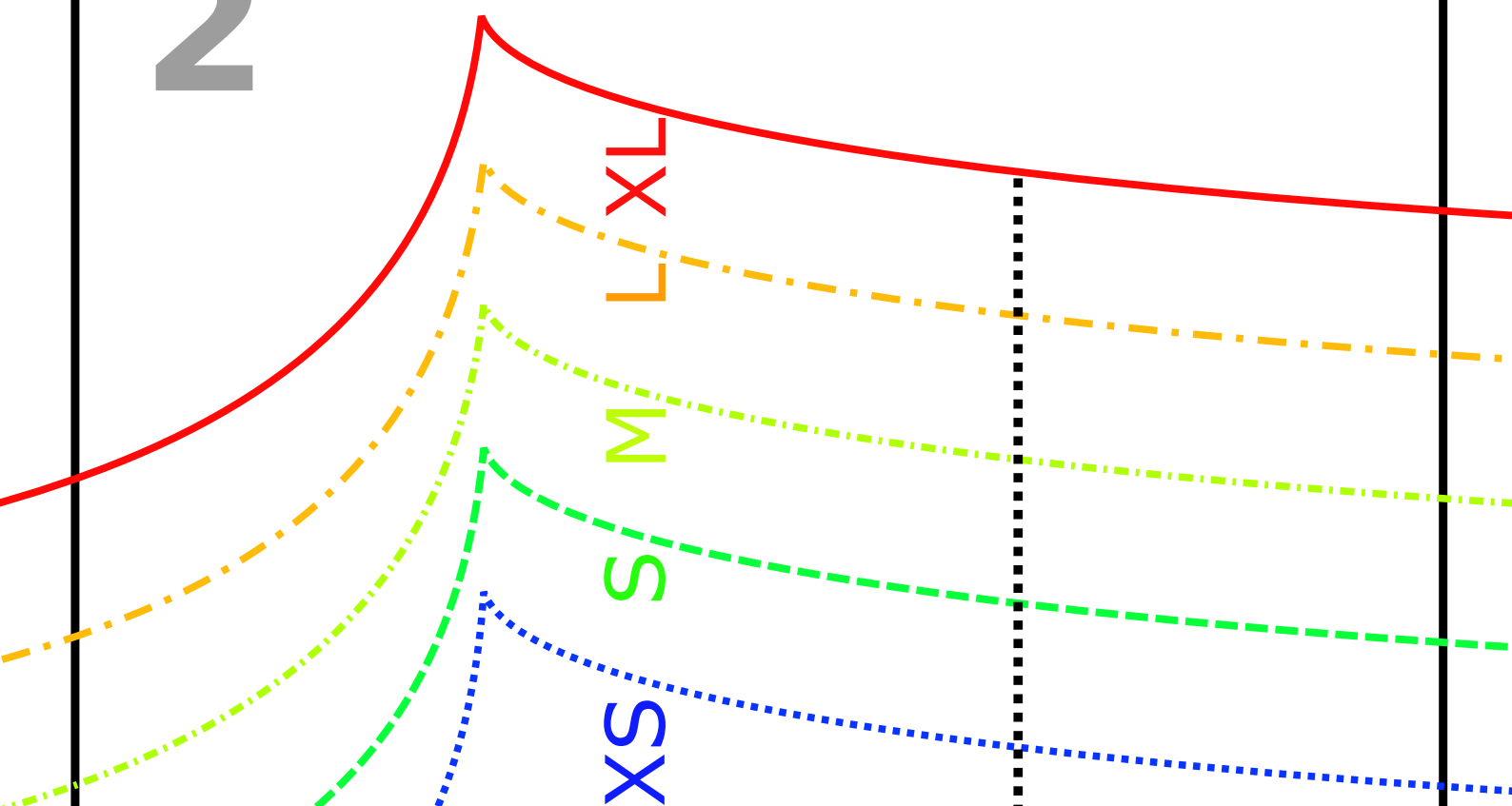
KEINE Nahtzugabe enthalten
2x gegengleich (also 4mal)
zuschneiden

1



xi

2



Kontrollkästchen:
richtig
ausgedruckt?
Dann sollte das
Kästchen
5 x 5 cm groß sein

XL

2 50m

2 50m

2 50m

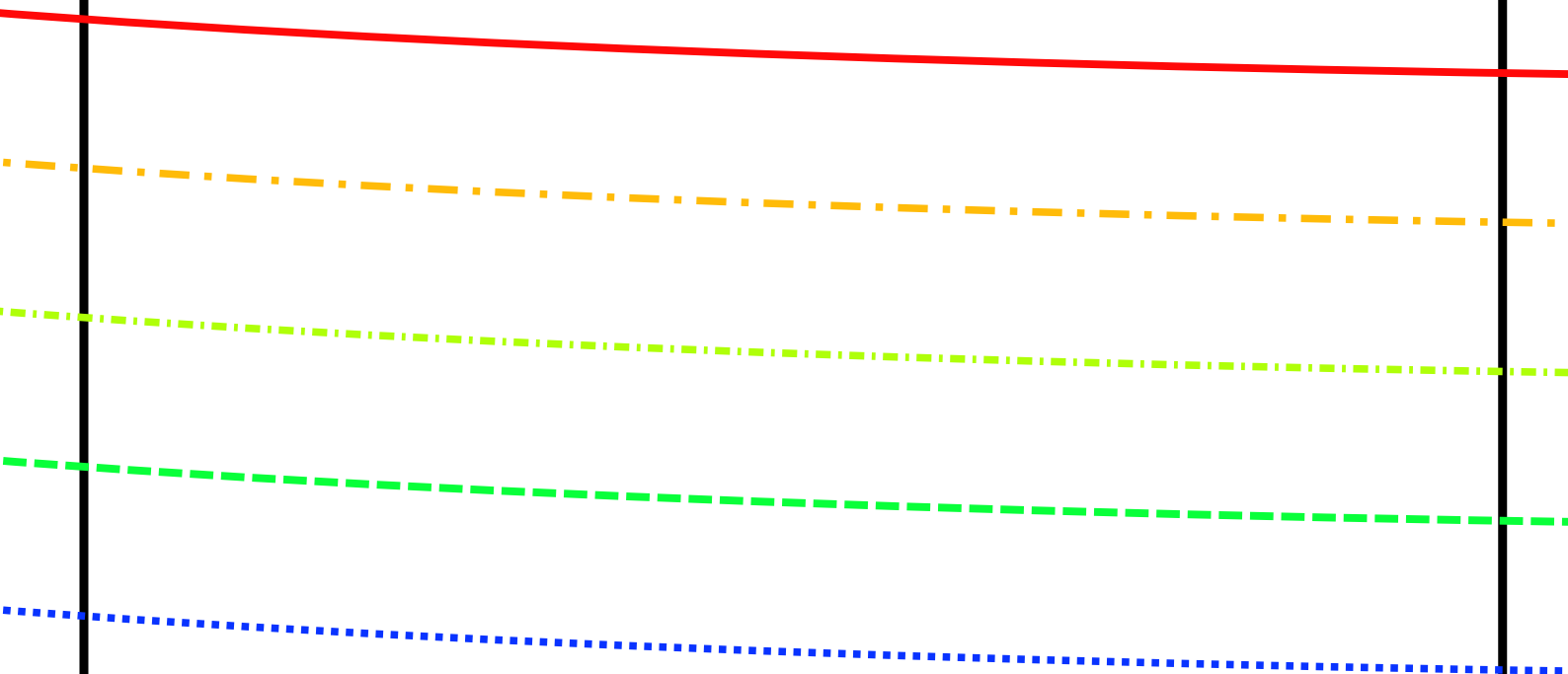
XL

84

96

102

3



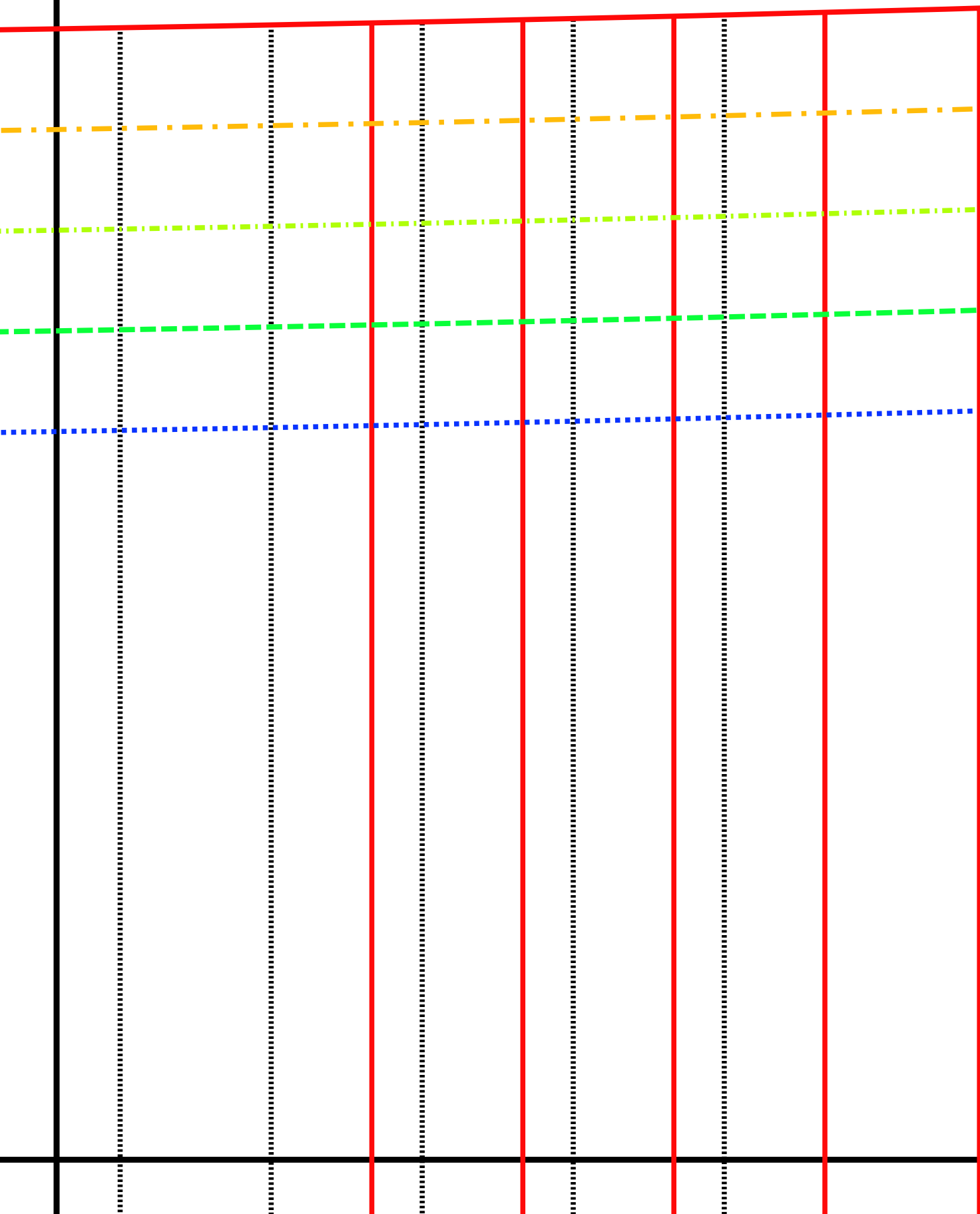
4

äußere
auf
Eingriff
enden,
en
f linke
echten
zurück
Tunnel
niband

5

rechts
n, ein
ecken,
ringen,
Ring
n und
den
Band

6

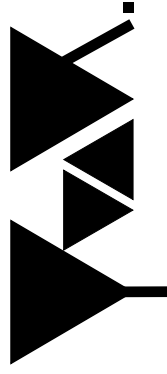


7

Knips für Taschenposition

Sommerhose "flotte Beinfreiheit"

von Yva R. (Yvonne Rippers)



XS

S

M

L

XL

	X S	S	M	L	XL
m!					
it	1,20m	1,30m	2,50m	2,50m	2,50
it	1,20m	1,30m	1,30m	2,50m	2,50
it	1,20m	1,30m	1,30m	2,50m	2,50
nitt	X S	S	M	L	XL
ware	62	67	73	110.77	84
	70	77	83	88	96
tott	75	82	88	94	101

tt enthält KEINE Nahtzugabe

chnitt

ose gegengleich zuschneiden
schenbeutel 2x gegengleich zuschneiden
indchen der Tabelle entsprechend zuschneiden

n

n

sch: Knipse übertragen, Eingriffe auf äußeren Taschenbeutel übertragen, rechts auf rechts osenschnittteil legen, entlang Markierung nähen, Eing auf Nahtzugabe ausschneiden, auf linke Seite wenden ststeppen, inneren an äußeren Taschenbeutel nähen **ummizug:** gestrichelte Linie der Körpergröße auf in offseiten übertragen, an dieser Markierung zur rechte ite falten, Kante wieder bündig links auf links zurück appen, entlang der Kante alle Schichten zu einem Tunnel sammelnnähen, ca. 30-35cm langes Gummiband anziehen, Enden feststecken

<p>anziehen, Enden feststecken</p>	
<p>Hose: jeweils ein Schnittteil rechts auf rechts eininnennähte aufeinander legen und nähen, Ösenbein auf rechts wenden und in das andere stecken drittnaht nähen</p> <p>Bündchen: Ösen oder Knopflöcher für Band anbringen rechts auf rechts entlang kurzer Kanten zum Röhrließen, Viertel mit Stecknadeln an Bündchen und Ösenbund markieren, Bündchen an Hose oder Viertelmarkierungen entsprechend stecken, Band anziehen, festnähen</p>	
	<p>Knickkante für Gummizutatunnel Körnergröße 155 - 160 cm</p>

Knickkante für Gummizugtunnel Körpergröße 155 - 160 cm

Knickkante für Gummizugtunnel Körpergröße 160 - 165 cm

Beinabschluss Körpergröße 155 - 160 cm

Knickkante für Gummizugtunnel Körpergröße 165 - 170 cm

Beinabschluss Körpergröße 160 - 165 cm

Knickkante für Gummizugtunnel Körpergröße 170 - 175 cm

Beinabschluss Körpergröße 165 - 170 cm

Knickkante für Gummizugtunnel Körpergröße 175 - 180 cm

Beinabschluss Körpergröße 170 - 175 cm

Beinabschluss Körpergröße 175 - 180 cm

13

Comfort

Comfort

Comfort

Comfort

Low Waist

Comfort

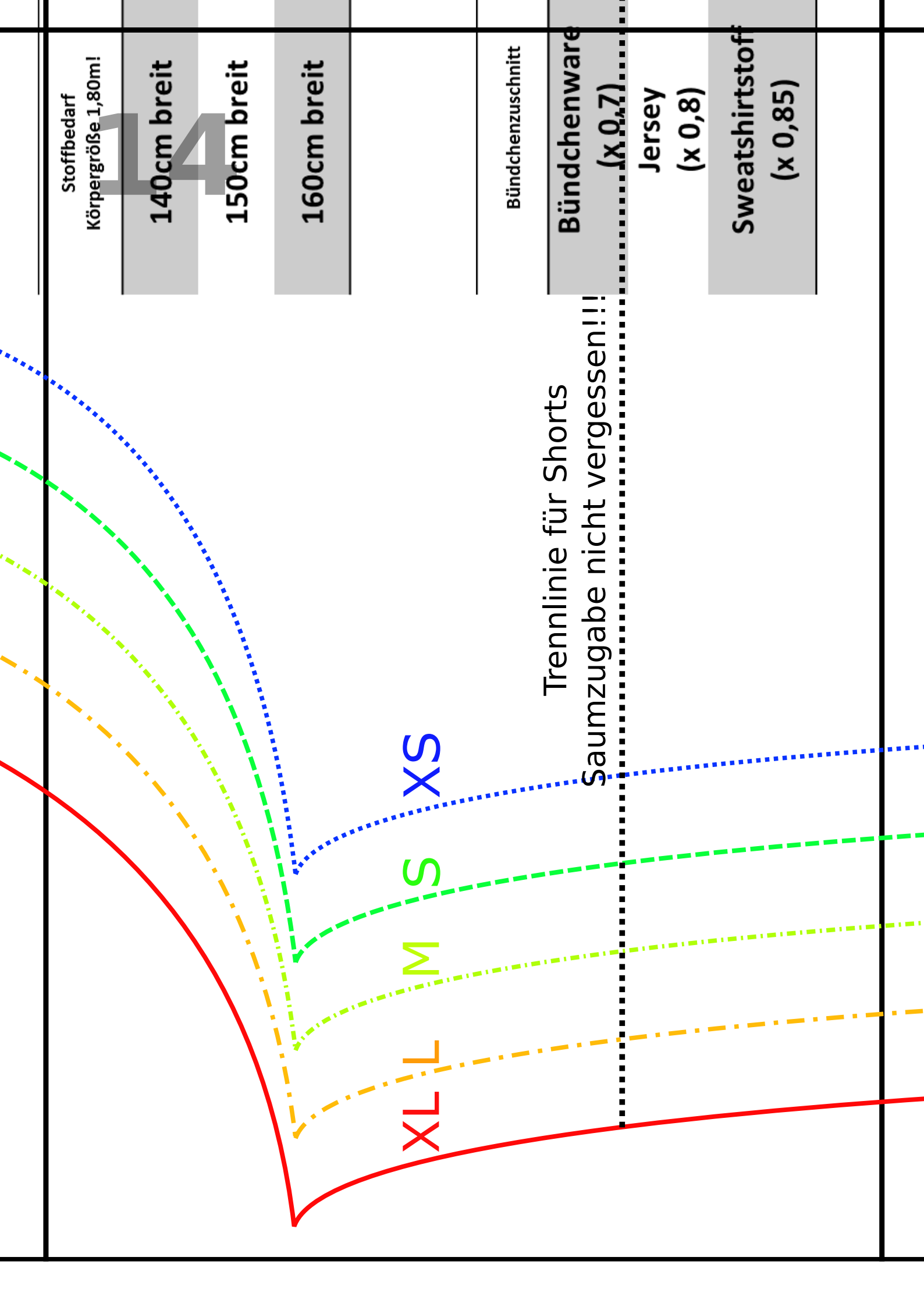
Low Waist

Low Waist

Low Waist

Low Waist

Stoffbedarf



Stoffbedarf
Körpergröße 1,80m!

140cm breit

150cm breit

160cm breit

Bündchenzuschnitt

Bündchenware
(x 0,7)

Jersey
(x 0,8)

Sweatshirtstoff
(x 0,85)

Trennlinie für Shorts
Saumzugabe nicht vergessen!!!

XS

S

M

L

XL

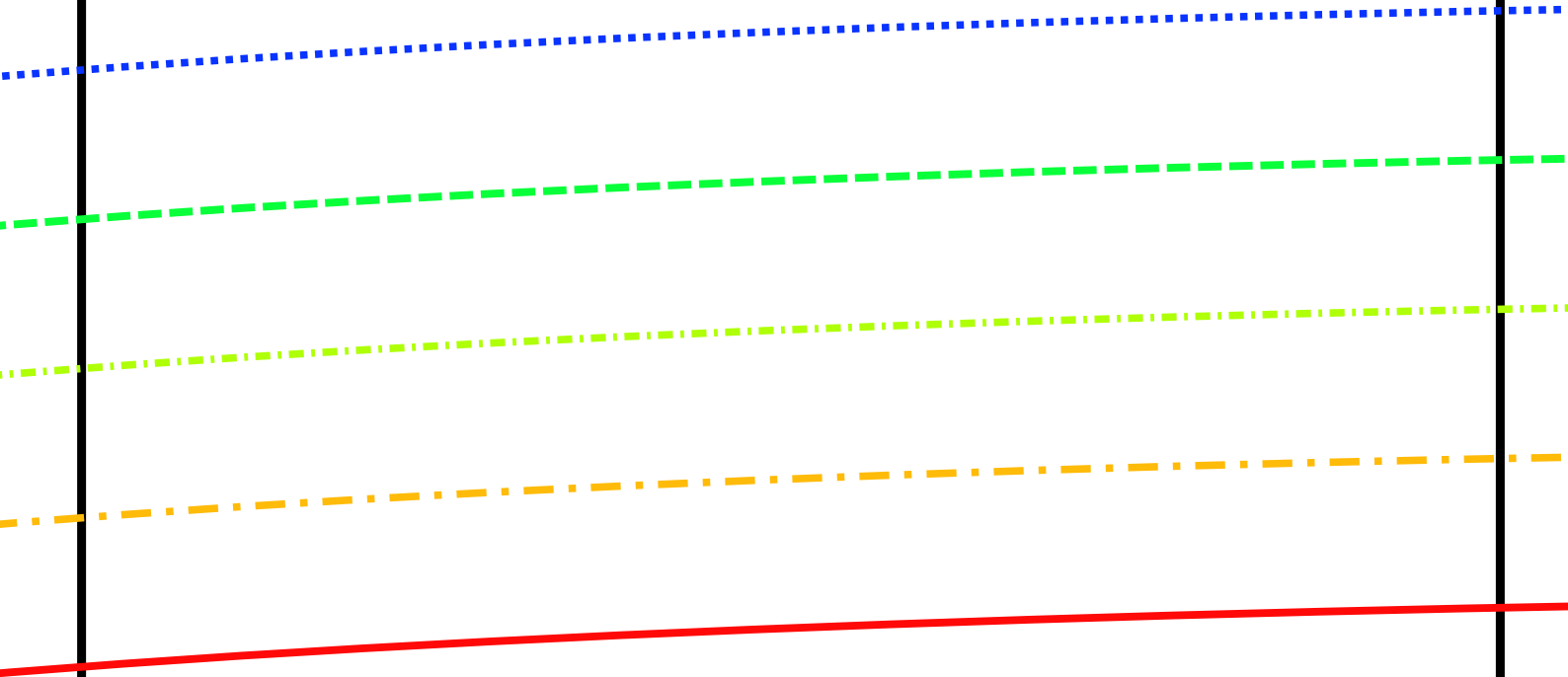
15

Schnitt e

Zuschnitt

- Hose
- Tasch
- Bündel

Nähen



Nähen

Tasch

Tasch

Hoser

bis au

festst

Gumr

Stoffs

Seite

klapp

zusam

einzie

Hose

einzie	
Hose:	
Beinir	
Hoser	
Schrit	
Bünd	
rechts	
schlie	
Hoser	
Vierte	
einzie	

18

