



Ina's Schlumpihose - Schriftliche Kurz-Anleitung

Das YouTube Nähtutorial mit Schritt-für-Schritt Videoanleitung findest du unter https://youtu.be/A_cugRDDCUU oder indem du folgenden QR-Code scannst!



Zuerst einmal Maß an der eigenen Figur nehmen:

1. Taillenumfang oder da wo die Hose sitzen soll
2. Gesäß / Hüfte an der weitesten Stelle, bei mehr als 200cm entsprechend eine dritte Stoffbahn oder entsprechend breite Akzentstreifen einplanen für die Seitennaht.
3. Beinlänge (Gemessen von da wo das Bündchen der Hose sitzen soll, bis dahin wo die Hose enden soll (also z.B. ab Fußknöchel, 3/4 oder unterm Knie bis zu Hüfte, Taille, unter der Brust) 😊)
4. Wadenumfang - Wenn größer als 38cm, bitte die Beinrundung entsprechend anpassen (verkleinern oder an der Außennaht mehr Material begeben)!

Materialbedarf & benötigte Nähutensilien:

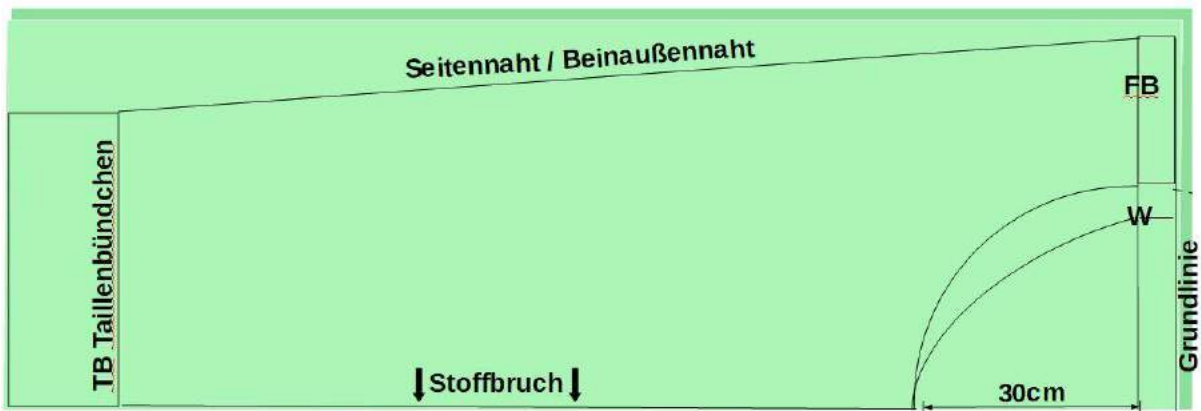
- Patchworkstoff 2x Beinlänge + 45cm zzgl. ~5%²

Hinweis bei Motivschnitt: Solltest du einen Motivstoff an den Seiten genau aufeinander setzen wollen, so solltest du zusätzlich 1-2 Rapportlängen einplanen (diese sind von Stoff zu Stoff unterschiedlich und können bei einem guten Stoffgeschäft erfragt oder in der Produktbeschreibung bereits abgelesen werden.)

Hinweis Vorwäsche: Damit deine Schlumpihose später pflegeleicht ist, empfehle ich dir den Stoff einmal bei 60° vorzuwaschen, bevor du zuschneidest, da Baumwollstoffe im Schnitt 5% einlaufen können. Wenn möglich, gebe den Stoff ebenfalls in den Wäschetrockner. So wie du deinen Stoff "vormisshandelst" so kannst du später auch deine Schlumpihose sorgenfrei waschen, sollte mal ein Stück Pizza darauf landen. 😊

- Babyelastic oder Boxershort-Elastic entsprechend des Bündchenumfang an
 - Für ein Komfort-Bündchen 2x (Taillenmaß + 75cm)
oder für ein einfaches Bündchen Taille + 5cm für weniger Verbrauch. Es werden später 2 Techniken gezeigt.

- + optional: 2x (Umfang Fußknöchel + 3cm)
- Robuster, farblich abgestimmter Allesnäher z.B. Aurifil 28wt
- (1x Beinlänge + 30cm) x 50/55cm Vlieseline für das Schnittmuster (z.B. M12 / M12 Light - nicht aufbügelbar!) *oder* großer Schnittmusterpapierbogen (min. 1 Beinlänge +30cm) x 50/55cm
- Papierschere
- Bügeleisen
- Stoffschere
- Stoffstift
- Maßband
- Rollschneiderlineal oder Saumlineal
- Bodkin (Clover 9582cv) *oder* Einzugshilfe für Elastic (PRYM-610200)
- Stecknadeln
- Nähmaschine
 - Optional: Overlock
- Universalnähnadel 90
- Quick Trim Ruler *oder* großer Zirkel *oder* Schneiderkurve
- Sicherheitsnadel



Das Schnittmuster anfertigen:

Geübte und Mutige können das Schnittmuster auch direkt auf den Stoff zeichnen, wer Ina's saubequeme Schlumpihose gern öfters nähen möchte, der sollte sich ein Vliesschnittmuster anfertigen.

1. Vlieseline oder Schnittmusterpapier (50/55cm x 150cm) faltenfrei auslegen und an die linke Außenkante Stoffbruch schreiben.
2. Danach zeichnen wir im rechten Winkel zur linken Seite eine horizontale Grundlinie.
3. 3 inches / 7,5cm oberhalb der Grundlinie eine zweite horizontale Linie zeichnen, dies ist die Fußbündchenlinie (FB), somit der Bündchenabschluss am Bein.
Möchtest du ein schmaleres Bündchen, passe die Breite hier entsprechend an.
4. Nun messe von der Fußbündchenlinie (FB) aus entlang der linken "Stoffbruch"-Seite deiner Schnittmusterseite eine Beinlänge hoch und zeichne eine weitere horizontale Linie. Dies ist die Unterkante des späteren (Tailen-)Bündchens (TB).
5. Von der Unterkante des (Tailen-)Bündchens (TB) zeichnen wir eine weitere horizontale Linie 6 inches / 15cm oberhalb.
Möchtest du ein schmaleres Bündchen, passe die Breite hier entsprechend an.

6. Jetzt zeichnen wir eine vertikale Linie im Abstand von [$\frac{1}{4}$ Taillenumfang + 6 inches bzw. 15cm] über unsere beiden (Taillien-)Bündchenlinien.
7. Vom Ende dieser Linie zeichnen wir nun eine Diagonale bis zu dem Punkt wo die Fußbündchenlinie (FB) in den rechten Rand übergeht.
8. Nun zeichnen wir uns noch den Schrittausschnitt ein.

Die folgende Variante funktioniert bis zu einem Wadenumfang von 38cm. - Bei einem größeren Wadenumfang führe diesen Schritt durch plus den folgenden Zusatzschritt!

Hierzu nehmen wir unseren Quick Trim Ruler (CGRMT1) oder einen großen Zirkel und zeichnen oberhalb des Fußbündchens einen Viertelkreis mit etwa 12 inches / 30cm Radius ein. Die Fußbündchenlinie (FB) bildet dabei den Radius. **ACHTUNG!** Bei einem Wadenumfang von mehr als ~38cm, den Radius entsprechend verkleinern, damit der Beinumfang ausreichend ist.

Alternativ zeichnest du dies nach Augenmaß mit der Schneiderkurve, so kannst du auch die **Schritthöhe variieren**. Du kannst diese später auch noch nachträglich abändern. Mein Tipp: Die Form der Haremshose erscheint erst einmal unkonventionell, ist jedoch super bequem und an heißen Sommertagen ganz besonders komfortabel. Gib der Form vielleicht erst einmal eine Chance. 😊

Variante für einen Wadenumfang von 38cm & mehr

(Wadenumfang : 2) + (2,5cm bzw. 1 inch) = FB Länge = Markierungspunkt "W"

Nehme das Maß deines Wadenumfangs und teile dies durch 2. Gib dem Ergebnis 2,5cm / 1 inch für die Nahtzugabe hinzu. Das Endergebnis entspricht der Länge deiner FB von der langen Seitennaht. Setze an dieser Stelle eine Markierung "W".

Der 30cm Viertelkreis liegt nun innerhalb der Markierung / deines benötigten Beinumfangs. Fahre nun mit der Schneiderkurve eine neue Rundung von der Markierung "W" bis diese mit der ursprünglichen Viertelkreislinie in 30cm Höhe wieder aufschließt.

9. Führe abschließend den Viertelkreis ab der Fußbündchenlinie (FB) gerade im rechten Winkel zur Grundlinie weiter. Dann kannst du dein gesamtes Schnittmuster entlang der äußeren Linien ausschneiden. Voila! 😊👍

10. Bonus - It has pockets! 😊

Wenn du deiner Schlumphose gerne noch ein paar praktische Taschen verpassen würdest, dann nimm dir nun den ausgeschnittenen Viertelkreis, den Beinausschnitt, zur Hand, um dir ein Schnittteil für einen Taschenbeutel zu schneiden. Das ist einfacher, als du vielleicht denkst. Lege einfach deine Hand in die Rundung oder dein Handy und zeichne rundum mit 1 inch abgerundet drumherum. So ist die Tasche auf jeden Fall für deine individuellen Bedürfnisse groß genug.

Zuschnitt

1. Wir nehmen nun das Schnittmusterteil und schneiden es 2x aus unserem Motivstoff zu. Achte darauf, dass dein Motiv in die richtige Richtung läuft, so dass Figuren nicht hinterher auf dem Kopf stehen.

2. Möchtest du motivgenau zuschneiden? Dann schneide erst einmal ein Schnittmusterteil fertig aus, denn dieses kannst du dann auf den Rest deines Stoffes auflegen um genau zu schauen, wo sich das Muster spiegelt. Dann kannst du das erste Teil auf dem Stoff ausrichten, feststecken um das zweite Teil motivgenau auszuschnneiden.
3. Ist dir das erstmal zu kompliziert, aber du möchtest auch keinen Ansatz haben? Dann nähe vor dem nächsten Schritt an die Seitennaht einfach einen zusätzlichen Streifen aus Uni oder kleingemustertem Akzentstoff oder über die Seitennaht eine schöne Bordüre. ;)

Bonus - It has pockets!

Wer mag, kann jetzt aus dem Reststoff der Beinrundung ein paar Hosentaschen zuschneiden und diese ebenfalls im nächsten Schritt mit in die Seitennaht einlassen. Für 2 Taschen benötigst du 4 Hosentaschenteile, Lasse dazu den Reststoff der Beinrundung rechts auf rechts beim Zuschnitt, so dass du doppellagig ausschneidest. Dann hast du bereits zwei spiegelverkehrte Teile.

Nähen - Jetzt geht's loooohoo!

Die Schnittmusterteile enthalten eine Nahtzugabe von bis zu 1cm. Es kommt hier nicht auf die ultimative Präzision an. Relativ gleichmäßig reicht schon! Das ist das tolle an dem Schlumpihosen-Projekt 😊 Die meisten Standardnähfüßchen haben eine Füßchenbreite von 0,75cm (Nahtzugabe), das ist auch vollkommen okay.

Wenn du die Möglichkeit hast, nutze jetzt eine Overlockmaschine oder den Overlocknäfuß und einen Overlockstich deiner Nähmaschine. So hast du in einem Rutsch genäht und die Nahtzugaben versäubert - für ein professionelles Finish!

Hast du diese Möglichkeit nicht, nähst du füßchenbreit mit einem Geradstich und kann am Ende, sofern du möchtest die Nahtzugaben noch meiner Zackenschere oder einem Zickzackstich versäubern, damit diese zukünftig nicht so leicht ausfransen.

1. *A - Bonus - Optional - Hosentaschen:*

Wenn du Hosentaschen haben möchtest, so lege jetzt jeweils ein Hosentaschenteil mit der geraden Seite 2 inches / 5cm unterhalb des Taillebündchen (TB) (das ist 8 inches / 20cm unterhalb der Oberkante), rechts auf rechts, an die Seitennaht und nähst dieses dort mit ein bisschen weniger als deiner späteren Nahtzugabe an. Setze hierfür die Nähadelposition z.B. 2-3 Ticken nach rechts. Nähe jedes der vier Taschenteile auf diese Weise einzeln an. Am Anfang und Ende der Naht bitte das Verriegeln nicht vergessen.

1. *B - Wir legen beide zugeschnittenen Hosenteile nun aufgeklappt rechts auf rechts. Aijaijai, ganz schön groß! Muss das so?! Ja klar, da ist viel Raum für Tragekomfort!*

😊 Dann stecken wir die beiden Hosenteile entlang der diagonalen Seitennaht und der Halbkreise im Schritt aufeinander.

Optional: Wenn du Hosentaschenteile angenäht hast, klappst du diese wie kleine Flügelchen ebenfalls aus, so dass diese ebenfalls an beiden Beinseiten rechts auf rechts aufeinander liegen.

2. Sowohl an den beiden Fußbündchen, als auch am Taillebündchen (TB) lassen wir beim Nähen jeweils eine Öffnung, durch welche wir das Elastic später einziehen können. Dies geschieht wie folgt immer auf die gleiche Weise:

Nach etwa

- i. 1 inch / 2,5cm Fußbündchen (FB) bzw.

Urheberrechtlich geschützt ©2023 Ina Magedanz für www.Quiltzauberei.de

Vervielfältigungen & Weitergabe jeglicher Art, kommerzielle Anfertigungen nach & Nutzung dieser Anleitung bedürfen einer vorherigen schriftlichen Genehmigung.

ii. 2 inch / 5cm Taillebündchen (TB)

Naht verriegelst du diese, lässt dann eine ungenähte Öffnung in gleicher Breite und beginnst dann wieder mit Verriegeln, bevor du die neue Naht bis zum Ende durchnähst. Wenn du möchtest, markiere es dir vorab mit einem Stoffstift.

3. Wir nähen nun erst einmal die Schrittrundung zu, also einmal Füßchenbreit den kompletten Halbkreis nach, lassen aber am Fußbündchen (FB) die o.g. Öffnung für das Elastic.
4. Dann nähen wir die Seitennähte links und rechts gerade entlang der Beine zu. Du hast dich für Hosentaschen entschieden? Dann nähst du statt nur gerade der Seitennaht herunter, um die Taschenflügelchen drumherum. Vergiss nicht die Bündchenöffnungen gem. Schritt 3 😊
5. Dann nähen wir die Bündchen. Hierzu markieren wir auf der linken Seite unsere Schlumpihose 3 Linien, je
 - i. 1 inch / 2,5cm & 2 inch / 5cm & 3 inch / 7,5cm
an den Fußbündchen bzw.
 - ii. 2 inch / 5cm & 4 inch / 10cm & 6 inch / 15cm
am Taillebündchen (TB)

von der rohen Kante entfernt mit einem Stoffstift. Dann bügeln wir die rohe Kante zur ersten Linie, dann klappen wir die so entstandene Falz noch einmal ein bis zur zweiten Linie und bügeln erneut eine kräftige Falz.

6. Für ein Komfort-Bündchen:

1. Wir zeichnen und auf das soeben gebügelte Taillebündchen eine 1 inch Linie von der Oberkante auf.

Dann nehmen wir uns die zwei Elasticstücke (Tailleumfang + 75cm) zur Hand. Das Erste legen wir nun in die soeben gebügelte Taillebündchen (TB)-Falz locker in die Oberkante ein. Die beiden Enden lassen wir aus der Öffnung in der Seitennaht heraus schauen und fixieren Sie dort mit einer Sicherheitsnadel.

Dann nähen wir mit einem Geradestich oder hübschen Zierstich über die soeben aufgezeichnete 1 inch Linie.

Danach legen wir das zweite Stück Tailleelastic unterhalb der soeben genähten Naht in das Bündchen ein. Auch hier lassen wir die Enden aus der Öffnung der Seitennaht heraus schauen und fixieren diese mit einer Sicherheitsnadel oder Wonder Clips.

Mit einem knappkantigen Nähfüßchen (Kantenstepper / Blindsaumfuß) schließen wir die untere Nahtkante des Bündchen ebenfalls mit einem Geradestich oder Zierstich.

Auf die gleiche Weise nähen wir das Elastic in die Fußbündchen (FB) ein.

2. *Alternativ* - Für ein einfaches Bündchen:

Mit dem knappkantigen Nähfüßchen nähen wir nun entlang der Bruchkante und schließen so unseren Tunnel für das Elastic.

Wir ziehen dann unser Elastic durch die in Schritt 3 gelassenen Öffnungen.

Tipp: Ich lasse hierfür gern das Elastic großzügig länger. ziehe es mit dem Bodkin oder der Einzugshilfe überall ein. Dann schlüpfe ich in meinen Schlumpihose und ziehe das Elastic so auf Spannung, wie es mir angenehm zu tragen ist und verknote die Enden locker. Dann nähe ich das Elastic kurz hinter dem Knoten mehrmals zusammen und schneide den Knoten ab. So sitzt die Hose perfekt und bietet mir den gewünschten Komfort.

7. Jetzt wenden wir unsere Schlumpihose auf rechts und schlüpfen hinein. Wir ziehen das Elastic so eng, wie es für uns angenehm ist und clippen dies so fest. Dann schlüpfen wir noch ein paar Mal aus der Hose rein und raus um zu gucken, dass das Elastic gut über den Po und den Spann an den Füßen rutscht, wir können Sie auch so ein bisschen Probe tragen. Sind wir uns sicher, dass wir die komfortable Spannung gefunden haben, vernähen wir die Enden mehrfach miteinander und schneiden das überstehende, restliche Elastic ab.
Wer möchte, schließt das Loch im Bündchen noch von Hand mit Nadel und Faden. Die Öffnung ist jedoch optisch eh unsichtbar und verschwindet in den Raffungen der Bündchen.
8. Abschließend verteilen wir ggf. noch die Kräusel an den Bündchen gleichmäßig, sollten diese beim Einziehen des Elastics sich an manchen Stellen stärker zusammengerafft haben.
9. Jetzt noch schnell ein gutes Buch, ein leckeres Eis und ab auf die Couch, vor die Nähmaschine oder in den Garten! 😊