

## Schnittmuster #3724886

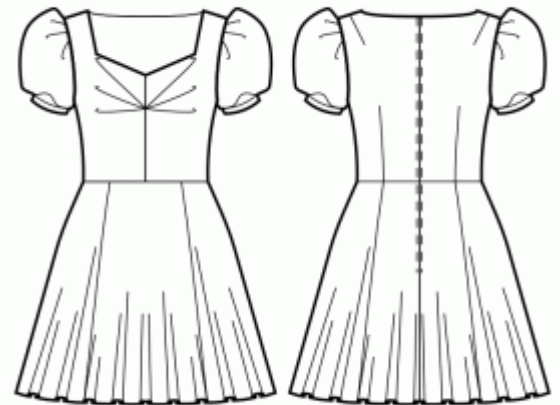
**Kleid - Normale Passform - Knielang - Standard-Armausschnitte - Geometrischer U-Boot-Ausschnitt in Herzform - Kein Kragen - Kein Frontverschluss - Kleid mit Taillennaht - 1/3 Tellerrock mit 6 Bahnen - Vorderteil ♥ Sewist: Mittelfalten - Abnäher an Schulter und Taille - Geraffter Kurzarm**

### Hinweis zur Nahtzugaben:

- Bei Mustern mit Doppelkontur werden die Nahtzugaben mit eingerechnet.
- Hat das Schnittmuster nur einen Rand, wurden die Nahtzugaben NICHT berücksichtigt. Sie müssen beim Auslegen und den Details des Schnitts hinzugefügt werden.

### Hinweis zu die benötigte Stoffmenge:

Beachtung! Die Stoffmenge, die für Ihr Muster benötigt wird, ist nicht enthalten. Dies hängt von der ausgewählten Mustergröße, der Breite und dem Design des Stoffes ab, den Sie verwenden möchten. Für Berechnungen können Sie gerne den Online-Stoffrechner verwenden. Alternativ können Sie alle Papiermuster ausdrucken und in der gewünschten Stoffbreite auslegen (normalerweise von 90 bis 150 cm). Messen Sie, wie viel Stoff Sie benötigen. Vergessen Sie nicht, Stücke zu berücksichtigen, die mehrmals geschnitten werden müssen, und Stücke, die auf der Falte geschnitten werden.



### DRUCKEN:

Bitte verwenden Sie die Adobe Reader-Software, um Ihr PDF-Muster zu öffnen. Sie können den kostenlosen Adobe Reader unter diesem Link herunterladen - <https://get.adobe.com/reader/>.

Stellen Sie sicher, dass Sie Ihre Schnittmuster in Originalgröße (Skala 100%% oder Keine) und auf einzelnen Seiten von normalem A4-Papier drucken. Stellen Sie sicher, dass die Ausdruckgröße dem richtigen Maßstab entspricht, indem Sie das Testquadrat auf der ersten Seite messen. Der obere Rand des Quadrats ist mit einer Zentimeter-Skala und der untere Rand mit einer Zoll-Skala versehen.

Beschneiden Sie den oberen und/oder rechten Rand der Seiten, wo Sie die Scherensymbole sehen. In der Mitte jeder Seite wird die Anzahl der Zeilen und Spalten gedruckt, getrennt durch das /-Zeichen. Konstruieren Sie Seiten nach diesen Markierungen (z. B. befindet sich die mit 2/3 markierte Seite in der zweiten Zeile und in der dritten Spalte). Richten Sie die Seiten mit Rändern und Klebeband aus oder kleben Sie sie zusammen.

## ZUSCHNEIDEN:

### Hinweis zum Zuschnitt:

Legen Sie Ihre Stücke entsprechend der Kette aus, wie auf den Musterstücken markiert.

Einige Stücke werden am Falte geschnitten, die entsprechende Kante wird dann mit einer Faltemarke markiert. Bitte beachten Sie die Hinweise zur Stoffart und Anzahl der benötigten Teile auf einem Block. Zum Beispiel bedeutet [ Main, Interfacing - cut 1+1 ] auf einem Schnittteil, dass Sie 1 Stück unverändert und 1 gespiegeltes Stück aus dem Hauptstoff sowie aus der Vlieseline schneiden müssen.

Achten Sie darauf, alle Brüche und andere Gestaltungsmerkmale wie Falten etc. vom Schnittteil auf Ihren Stoff zu markieren. Achten Sie beim Nähen des Kleidungsstücks auf Brüche, diese müssen übereinstimmen.

\* Die Großbuchstaben in Klammern entsprechen den Musterblöcken, wie sie im Online-Stoffrechner und in der Musterblockvorschau auf der rechten Seite angezeigt werden.

## ANLEITUNG:

### 1. Empfohlene Stoffe für Ihr Schnittmuster:

- **Leinen:** Ein atmungsaktiver und leichter Stoff (Gewicht: leicht bis mittel), der wunderbar fällt und sich perfekt für bequeme und leicht taillierte Kleidungsstücke eignet.
- **Baumwollpopeline:** Ein glatter und vielseitiger Stoff (Gewicht: leicht bis mittel) mit leichter Festigkeit, ideal für leicht taillierte Kleider und Oberteile im klassischen Stil.
- **Rayon Challis:** Weich und fließend (Gewicht: leicht), bietet Rayon Challis ein schönes Tragegefühl für leicht taillierte Kleidungsstücke mit entspannter Ausstrahlung.
- **Baumwoll-Batist:** Ein leichter und atmungsaktiver Stoff (Gewicht: leicht) mit glatter Oberfläche, ideal für die Herstellung von bequemen und leicht taillierten Sommerkleidern und Oberteilen.
- **Chambray:** Ähnlich wie Denim, aber leichter (Gewicht: leicht bis mittel), verleiht Chambray leicht taillierten Stilen ein lässiges und dennoch poliertes Aussehen.
- **Leichter Denim:** Eine vielseitige Option (Gewicht: leicht bis mittel), die leicht taillierten Kleidern und Oberteilen eine Prise lässiger Eleganz verleiht, ideal für den Alltag.
- **Polyester-Mischgewebe:** Gewebte Stoffe mit geringer bis mittlerer Dehnbarkeit und begrenzter Elastizität (Gewicht: leicht bis mittel), ideal für die Herstellung von leicht taillierten Kleidungsstücken mit poliertem Erscheinungsbild.
- **Crepe:** Mit seiner dezenten Textur und seinem Fall (Gewicht: leicht bis mittel) ist Crepe eine hervorragende Wahl für leicht taillierte Kleidungsstücke mit einer Prise Eleganz.
- **Seidenhabotai:** Weich und glatt (Gewicht: leicht), verleiht Seidenhabotai leicht taillierten Kleidern und Oberteilen ein luxuriöses Gefühl.
- **Tencel Twill:** Umweltfreundlich und atmungsaktiv (Gewicht: leicht bis mittel), ist Tencel Twill perfekt für die Herstellung von leicht taillierten Kleidungsstücken mit moderner Note.
- **Baumwollsatin:** Mit leichtem Glanz und weichem Griff (Gewicht: leicht bis mittel) eignet sich Baumwollsatin gut für leicht taillierte Kleider und Oberteile mit poliertem Erscheinungsbild.

Denken Sie daran, die Stilelemente des Schnittmusters und die Bequemlichkeitszugabe bei der Auswahl des

Stoffes zu berücksichtigen. Diese gewebten Stoffe, einsch

## 2. Notiz zur Reißverschlusslänge:

Für Schnittmuster, die in der Taille eng anliegen, empfehlen wir die Verwendung eines Reißverschlusses, der unterhalb der Taille platziert wird, etwa bis zur Hüfte. Diese Platzierung gewährleistet ein einfaches Anziehen und eine glatte Passform Ihres Kleidungsstücks. Für Schnittmuster, die in der Taille nicht eng anliegen oder einen weiteren Ausschnitt haben, haben Sie als Kundin die Freiheit, Ihre eigenen Designentscheidungen zu treffen. Sie können sich entscheiden, einen kürzeren Reißverschluss oben zu verwenden oder den Reißverschluss ganz zu überspringen, wenn Sie das bevorzugen. Wir verstehen, dass das Einnähen eines Reißverschlusses ein komplexer Schritt sein kann, und wir möchten Ihnen Flexibilität im Herstellungsprozess bieten.

Um die Länge des Reißverschlusses zu bestimmen, suchen Sie nach der markierten dreieckigen Reißverschlussmarkierung entlang der hinteren Naht des Schnittmusters. Messen Sie von der oberen Ecke des Rückenteils bis zur Markierung, möglicherweise über mehrere Teile, wenn der Reißverschluss mehrere Abschnitte umspannt. Im Allgemeinen sollte ein Reißverschluss ähnlicher Länge oder leicht kürzer gut für Ihr Kleidungsstück geeignet sein.

Für die genaue Reißverschlusslänge, wie sie im Schnittmuster angegeben ist, sehen Sie bitte auf dem Spezifikationsblatt nach.

## 3. Vorbereitung des Stoffs:

### a. Stoff vorgewaschen:

- Bevor Sie mit Ihrem Nähprojekt beginnen, ist es wichtig, den Stoff vorzuwaschen, um die Größe oder das Einlaufen zu entfernen.
- Befolgen Sie die Pflegeanweisungen des Stoffs zum Waschen und Trocknen.

### b. Trocknen und Bügeln:

- Nach dem Vorwaschen den Stoff gemäß den Pflegeanweisungen trocknen.
- Bügeln Sie den Stoff, um Falten zu entfernen und sicherzustellen, dass er glatt und flach ist.

### c. Stoffkanten überprüfen und Abschnittskante:

- Untersuchen Sie die Kanten des Stoffstücks, um sicherzustellen, dass sie gleichmäßig sind und nicht schräg geschnitten sind.
- Wenn der Stoff schräg geschnitten ist, berücksichtigen Sie dies bei der Berechnung des benötigten Stoffverbrauchs.
- Schließen Sie die Abschnittskante (die raue Kante) nicht in die Berechnungen ein, da dies das Aussehen des Kleidungsstücks beeinträchtigen kann.

### d. Verwenden Sie das Online-Stoffmengen-Tool auf Sewist.com:

- Besuchen Sie Sewist.com und verwenden Sie das [Online-Stoffmengen-Tool](#), um die benötigte Stoffmenge für Ihr Schnittmuster zu berechnen.
- Geben Sie die erforderlichen Maße und Details ein, um eine genaue Schätzung zu erhalten.

### e. Nähanleitung überprüfen:

- Überprüfen Sie die Nähanleitung, um die Anzahl der zu schneidenden Schnittmusterteile zu ermitteln und ob einige von ihnen auf der Faltung geschnitten werden müssen.
- Beachten Sie die Nahtzugaben am Rand der Faltlinie. Wenn die Nahtzugabe über die Faltlinie hinausragt, ignorieren Sie sie.

### f. Sprachoptionen:

- Wenn Sie die Nähanleitung in Deutsch, Französisch, Spanisch, Italienisch oder Russisch benötigen, können Sie sie von der Schnittmusterseite auf Sewist.com herunterladen.
- Gehen Sie einfach zur Galerie, geben Sie die Designnummer ein und gehen Sie zur Schnittmusterseite.

**g. Wählen Sie Ihre Schnittmethode:**

**1. (Option 1)**

- Drucken Sie das Schnittmuster aus und kleben Sie die Seiten zusammen, um die Schnittmuster zu erstellen.
- Legen Sie das Schnittmuster auf den Stoff und verwenden Sie Gewichte, um ein Verrutschen zu verhindern.
- Überlegen Sie, die Umrisse mit einem wasserlöslichen oder hitzeentfernbar Marker zu markieren, übertragen Sie alle Markierungen und Kerben und achten Sie auf die Breite der Nahtzugaben.

**2. (Option 2)**

- Wenn Sie ein iPhone haben, können Sie das erweiterte Realität Schnittmuster mit der VectAR-App verwenden.
- Laden Sie die App herunter und drucken Sie die Marker-Seite aus, folgen Sie dann der Anleitung unter [Sewist.com - VectAR Handbuch](https://www.sewist.com/vectar-handbuch), um das AR-Schnittmuster zu verwenden.

## 4. Bügeleinlage

### Aufbringen der Bügeleinlage:

- a. Befolgen Sie die Schnittanleitung, um die Größe und Form der benötigten Bügeleinlage festzulegen.
- b. Bereiten Sie Ihren Arbeitsbereich vor, indem Sie den Hauptstoff mit der linken Seite nach oben auf das Bügelbrett legen.
- c. Legen Sie die Bügeleinlage mit der Klebeseite nach unten auf den Stoff.
- d. Um den Stoff zu schützen, platzieren Sie ein Bügeltuch über der Bügeleinlage.
- e. Tragen Sie die Bügeleinlage in überschaubaren Abschnitten auf und konzentrieren Sie sich jeweils auf einen Bereich.
- f. Halten Sie das Bügeleisen etwa 10 Sekunden lang ruhig über den Stoff, ohne es zu bewegen, um ein Verschieben der Stofflagen zu vermeiden.
- g. Heben Sie das Bügeleisen an und fahren Sie mit dem nächsten Bereich fort, wiederholen Sie den Vorgang, bis alle Abschnitte abgedeckt sind.
- h. Lassen Sie die fixierte Bügeleinlage etwas abkühlen, bevor Sie zum nächsten Schritt übergehen.

### Aufbringen der Bügeleinlage an den Schulterkanten:

- a. Schneiden Sie ein Band aus Bügeleinlage schräg mit einer Breite von etwa 1,5 cm oder 1/2 Zoll.
- b. Platzieren Sie das Bügeleinlagenband von der linken Seite des Hauptstoffs entlang der Schulterkanten der Vorder- und Rückenteile.
- c. Dieser Schritt hilft, die Kanten zu stabilisieren und zu verstärken und gewährleistet Strapazierfähigkeit und Formbeständigkeit.
- d. Beachten Sie die *Abbildung rechts* für visuelle Anleitung.



5. Machen und heften Sie Falten auf der Vorderseite gemäß den Markierungen und der technischen Zeichnung.

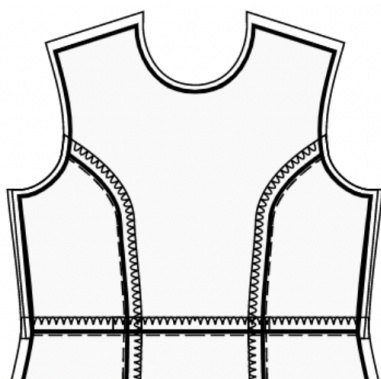
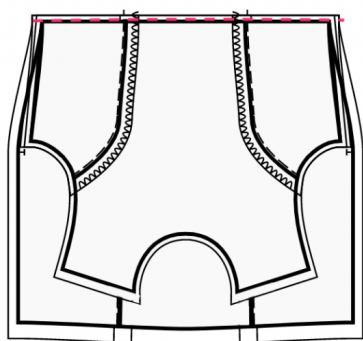
6. Abnäher auf die Rückenteile nähen. Beginnen Sie am Rand des Stoffes und nähen Sie mit einem schmalen Stich in Richtung der Abnäher-Ecke. Nähen Sie nicht rückwärts, lassen Sie lange Fäden und binden Sie einen Knoten. Den inneren Teil der Abnäher zur hinteren Mitte hin bügeln (siehe Abbildung rechts).



7. Nähen Sie die vordere Seitröcke an die vordere Mittellücke, achten Sie darauf, dass die Markierungen übereinstimmen. Versäubern und zur Mitte hin bügeln. In Zukunft als einteilig behandeln (der vordere Rock).

8. Nähen Sie die hintere Seitröcke an die hintere Mittellücke, achten Sie darauf, dass die Markierungen übereinstimmen. Versäubern und zur Mitte hin bügeln. In Zukunft als einteilig behandeln (die hintere Röcke).

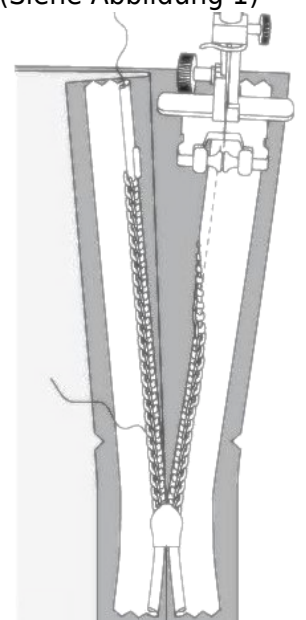
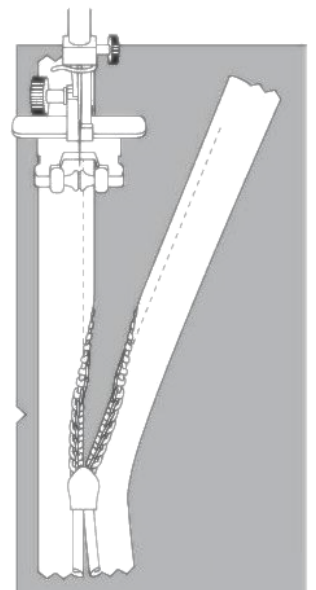
9. Legen Sie das obere Vorderteil und den Vorderrock rechts auf rechts zusammen und passen Sie die Seitennähte an. Stecken Sie die obere Vorderseite an den Rock, passend zu den vorderen Mittellinien. Die Abnäher/Markierungen sollten ausgerichtet sein. Sie können die Naht zuerst heften, um sicherzustellen, dass die Nähte perfekt zusammenpassen und um zu verhindern, dass sich der Stoff beim Nähen verschiebt. Zusammennähen. Nahtzugaben versäubern und nach oben bügeln. In Zukunft als ein Vorderteil behandeln. Zum Beispiel:



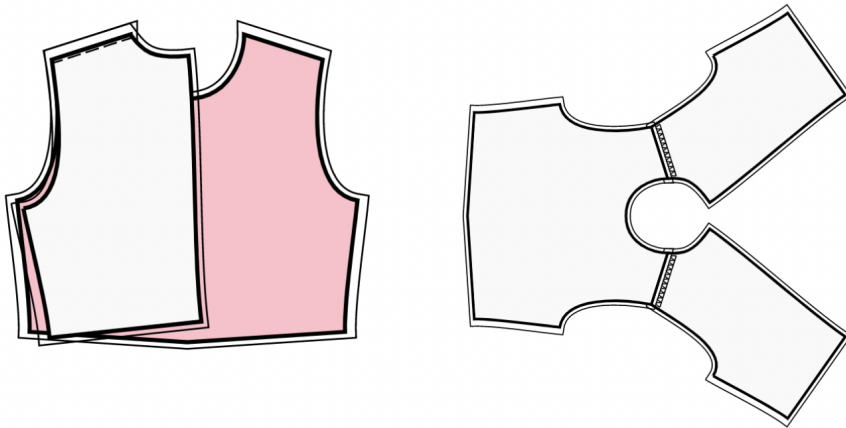
10. Legen Sie den rechten oberen Rücken und den rechten Rückenrock rechts auf rechts zusammen und passen Sie die Seitennähte an. Stecken Sie das Oberteil an den Rock, passend zu den Abnehmern/Markierungen. Sie können die Naht zuerst heften, um sicherzustellen, dass die Nähte perfekt zusammenpassen und um zu verhindern, dass sich der Stoff beim Nähen verschiebt. Zusammennähen. Nahtzugaben versäubern und nach oben bügeln. Wiederholen Sie dies für den linken oberen Rücken und den linken hinteren Rock. In Zukunft als ganze Rückenteile behandeln.

## 11. REISSVERSCHLUSS IN DER RÜCKENMITTELNAHT

- Die Nahtzugaben entlang der hinteren Mittelnahrt einschlagen. Drücken Sie sie mit der Hand nach unten, aber bügeln Sie sie nicht.
- Öffnen Sie den Reißverschluss. Legen Sie es rechts auf rechts auf die hintere Mitte. Die Zähne des Reißverschlusses sollten mit der hinteren Mitte des Kleidungsstücks übereinstimmen. Die Kante des Reißverschlussbandes zeigt zur Kante der Nahtzugabe.
- Legen Sie das obere Ende des Reißverschlusses 1 mm tiefer als die markierte Nahtlinie der Halsausschnittkante (nicht die Kante der Nahtzugabe des Halsausschnitts) und heften Sie das Reißverschlussband an die Nahtzugabe der hinteren Mitte. Nicht durch beide Lagen des Hauptstoffes heften, sondern nur mit der Nahtzugabe. Heften Sie am besten mit Schrägstichen in der Mitte des Reißverschlussbandes. Heften Sie sowohl die linke als auch die rechte Seite des Reißverschlusses von der Oberkante nach unten.
- Bringen Sie den Reißverschlussfuß an.
- Drücken Sie die Zähne der linken Seite des Reißverschlusses mit dem Nagel Ihres Zeigefingers nach unten und fädeln Sie sie in die spezielle Nut des Reißverschlussfußes Ihrer Nähmaschine ein. Achten Sie darauf, die Spirale des Reißverschlusses mit Ihrem Nagel etwas aufzurollen, damit Sie die zukünftige Stichlinie sehen können. Passen Sie die Position der Nadel an und nähen Sie den Reißverschluss nahe an den Zähnen. Achten Sie darauf, dass die Stichlinie genau auf der hinteren Mittellinie liegt. Stoppen Sie bei 2 cm vom Schieber. Lange Enden stehen lassen, auf die Abseite ziehen, verknoten und Faden abschneiden. (Siehe Abbildung 1)
- Wiederholen Sie dies für die rechte Seite des Reißverschlusses. Beginnen Sie oben mit dem Nähen und fahren Sie nach unten zum Saum fort. Abhängig von Ihrem Reißverschlussfuß müssen Sie möglicherweise die Position der Nadel neu einstellen. (Siehe Abbildung 2)
- Schließen Sie den Reißverschluss.
- Heften Sie die hintere Mittelnahrt, indem Sie das untere Ende des Reißverschlusses wegklappen, damit Sie ihn bis zur Stichlinie des Reißverschlusses heften können.
- Installieren Sie den normalen Fuß. Nähen Sie die hintere Mittelnahrt von der unteren Kante (oder der oberen Ecke des Schlitzes, falls ein Schlitz vorhanden ist) und nähen Sie so dicht wie möglich bis zum Ende des Reißverschlusses.
- Heftstiche entfernen. Die untere Ecke der Öffnung für den Reißverschluss von Hand nähen. Bügeln Sie die Naht auseinander und bügeln Sie gleichzeitig die Öffnung für den Reißverschluss.

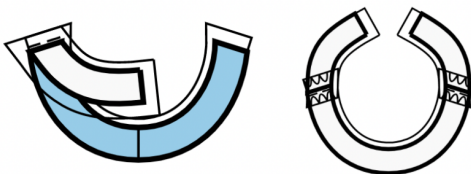


12. Schulternähte nähen. Versäubern und nach hinten bügeln.



### 13. HALSAUSSCHNITT

- Schulternähte der Halsausschnittbesätze nähen. Naht auseinanderdrücken und versäubern.

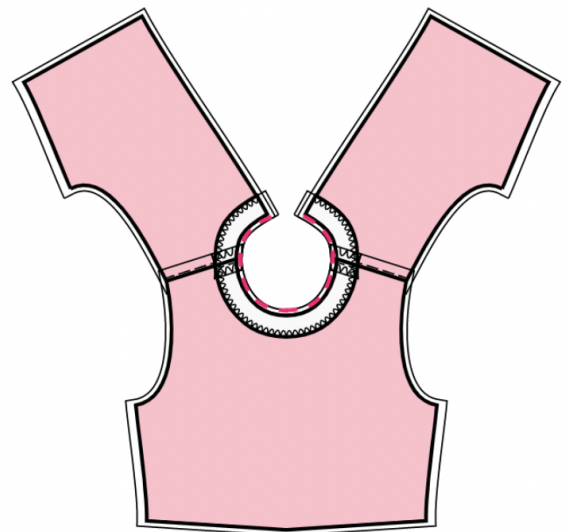


- Außenkanten der Besätze versäubern.

- Stecken Sie den Besatz rechts auf rechts auf das Oberteil und passen Sie die Halsausschnittkanten an. Falten Sie den Besatz ganz entlang, MIT AUSNAHME des Bereichs 5 mm von der Kante des Reißverschlusses (oder der hinteren Mittelkante, wenn das Rückenteil eine Öffnung hat) und stecken Sie ihn an die Oberkante des Kleidungsstücks. Nahtzugaben entlang des Reißverschlusses (oder der hinteren Mittelkante) auf die rechte Seite falten und am Halsausschnitt oben auf den Belegen feststecken.

- Nähen Sie den Halsausschnitt. In Rundungen einclipsen, Ecken abschneiden, auf rechts wenden und bügeln.

- Den Besatz von Hand an die Nahtzugaben der Schulternaht des Hauptteils nähen. Nähen Sie den Besatz von Hand an das Reißverschlussband oder die Nahtzugaben entlang der hinteren Mittelkante, falls das Rückenteil oben eine Öffnung hat.



## 14. ÄRMEL IN DIE ARMLÖCHER NÄHEN

- Zwei parallele Kräuselstiche entlang der Armelkugel nähen, zwischen den beiden Markierungen auf der Rückseite und auf der Vorderseite des Ärmels. Lassen Sie die Fadenenden auf jeder Seite mindestens 10 cm (4 Zoll) lang.

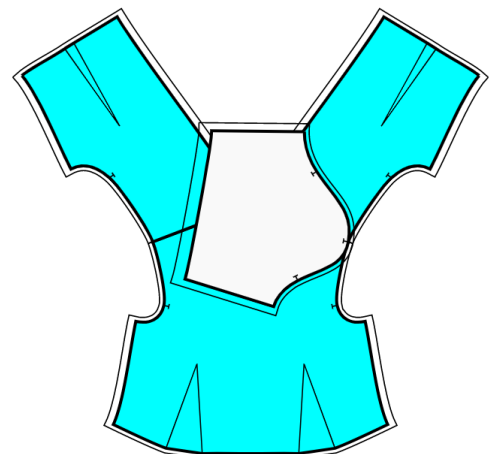
Die erste Stichlinie sollte 0,1 mm über der markierten Stichlinie platziert werden, die zweite Stichlinie sollte 0,5 mm über der ersten Stichlinie platziert werden. (Siehe Abbildung 1)



- Stoff zusammenziehen, dabei am Unterfaden ziehen. Bügeln Sie die Armelkugel, um den Stoff anzupassen, jeweils 1-1,5 cm. (Siehe Abbildung 2)

OFFENE ARMLÖCHER (Seitennähte und Ärmelnaht noch nicht vernäht):

- Stecken Sie die Hülse an Oberteil (rechtes Rückenteil, Vorderteil und linkes Rückenteil, verbunden an den Schulternähten). Die Seitenkanten des Ärmels sollten entsprechend mit den Seitenkanten des Vorder- / Rückenteils ausgerichtet sein. Die obere Markierung auf der Armelkugel sollte mit der Schulternaht übereinstimmen – siehe Abbildung 3. Heften Sie den Ärmel in das Armloch, indem Sie die Markierungen an den vorderen und hinteren Armlöchern mit den Markierungen an der Vorder- und Rückseite der Armelkugel abgleichen.



- Nähen Sie die Naht mit dem Ärmel oben und dem Oberteil unten, damit Sie den Stoff kontrollieren können und sicherstellen, dass keine unerwünschten Falten an der Armelkugel entstehen.

- Wenn es an der Armelkugel durch Kräuseln zu ungleichmäßigen Kanten kommt, kürzen Sie die Nahtzugabe etwas, um eine glatte Linie am Rand zu erhalten. Versäubern Sie die Naht mit dem Ärmel oben und dem Oberteil unten.

- Versäubern Sie die Armelkugelkante mit dem Ärmel oben und dem Mieder unten.

- Zum Ärmel hin bügeln.

## 15. Zusammensetzen des Kleidungsstücks

1. Ausrichten der rechten Seiten und Fixieren mit Stecknadeln: Legen Sie vorsichtig das Rückenteil auf das Vorderteil, rechte Seiten aufeinander. Nehmen Sie sich Zeit, um die folgenden Elemente für eine passende Passform auszurichten: die Armlöcher, den unteren Saum des Ärmels, die Taillennaht und den Saum des Kleidungsstücks. Sobald alles ausgerichtet ist, verwenden Sie Stecknadeln, um sie an Ort und Stelle zu sichern. Stecknadeln helfen dabei, alles in Ordnung zu halten.
2. Naht an der Seitennaht: Beginnen Sie mit dem Nähen in der Ecke des Armausschnitts und nähen Sie eine gerade Linie bis zum Saum des Kleidungsstücks. Diese Naht bildet die Seitennaht Ihres Kleides. Gehen Sie behutsam vor und entfernen Sie die Stecknadeln während des Nähens. Vergessen Sie nicht, Ihre Naht mit

einigen Rückstichen zu sichern, um sie festzumachen.

3. Nähen der Ärmelnaht: Wechseln Sie zur Ärmelnaht. Nähen Sie eine gerade Linie vom Armausschnitt bis zum unteren Saum des Ärmels. Dies bildet die Ärmelnaht. Nehmen Sie sich erneut Zeit und entfernen Sie die Stecknadeln während des Fortschritts. Stellen Sie sicher, dass Sie Ihre Naht mit Rückstichen am Anfang und Ende versehen.
4. Nähte versäubern und Bügeln: Nach Abschluss des Nähens ist es wichtig, die offenen Kanten des Stoffes zu versäubern, um ein Ausfransen zu verhindern. Dies können Sie mit einer Overlock-Maschine oder durch Verwendung eines Zickzack-Stichs auf Ihrer Nähmaschine erreichen. Anschließend bügeln Sie die Nähte in Richtung des Rückens des Kleidungsstücks oder des hinteren Teils des Ärmels.

16. Saum versäubern, umschlagen, bügeln und absteppen oder nach Belieben von Hand nähen.

### 17. Ärmelbeleg

- Nähen Sie die Seitenkanten des Ärmelbelegs. Naht auseinanderdrücken.
- Außenkante des Belegs versäubern.
- Ärmelbeleg auf rechts auf rechts auf die Ärmel stecken und entlang der Kante nähen.
- In Rundungen einclipsen, Ecken abschneiden und Besatz auf die linke Seite wenden. Bügeln. Entlang der Kante absteppen.

18.

## Elastikeinsetzung für Ärmel

1. Zerreißen Sie einen kleinen Abschnitt der Naht an der Ärmelkante: Trennen Sie vorsichtig oder zerreißen Sie einen kleinen Abschnitt der Naht an der Seite der Ärmelkante auf. Dadurch entsteht eine Öffnung zum Einsetzen des Gummibands.
2. Messen Sie das Gummi: Verwenden Sie ein Maßband, um die benötigte Länge des Gummibands zu ermitteln. Messen Sie um Ihren Ellenbogen herum und reduzieren Sie dieses Maß um 10 %.
3. Führen Sie das Gummi ein: Nehmen Sie ein Ende des Gummibands und befestigen Sie eine Sicherheitsnadel oder eine Nähnahtel daran. Führen Sie das gesteckte Ende in die Öffnung ein, die Sie durch das Aufreißen der Naht erstellt haben. Leiten Sie das Gummi vorsichtig durch den Kanal, und stellen Sie sicher, dass es vollständig um die Ärmelkante herumgeht.
4. Sichern Sie die Enden des Gummibands: Sobald beide Enden des Gummibands aus der Ärmelkante herausragen, nähen Sie sie sicher zusammen. Sie können eine Nähmaschine verwenden oder sie von Hand zusammennähen. Stellen Sie sicher, dass das Gummi fest befestigt ist und eine Schlaufe bildet.
5. Schließen Sie die Naht: Nähen Sie sorgfältig den kleinen Abschnitt der Naht, den Sie aufgerissen haben, um die Öffnung zu erstellen. Nähen Sie ihn mit einem Geradstich auf einer Nähmaschine oder von Hand mit Nadel und Faden zu. Achten Sie darauf, dass das Gummiband nicht in der Naht eingefangen wird, während Sie sie schließen.

**Technische Zeichnung:**

