

Bow-Cut-Hoodie Men

Hoodie in den Größen S-XXL



Paulina näht

Inhaltsverzeichnis:

Wenn du mit Kapuze oder Kragen nähen willst:

Videoanleitung Bow-Cut-Hoodie

<https://bit.ly/383ZoT6>

Wenn du mit Bündchen am Ausschnitt nähen willst:

Videoanleitung Standard Bow-Cut-Dress mit Taschen

<https://bit.ly/36W5brC>

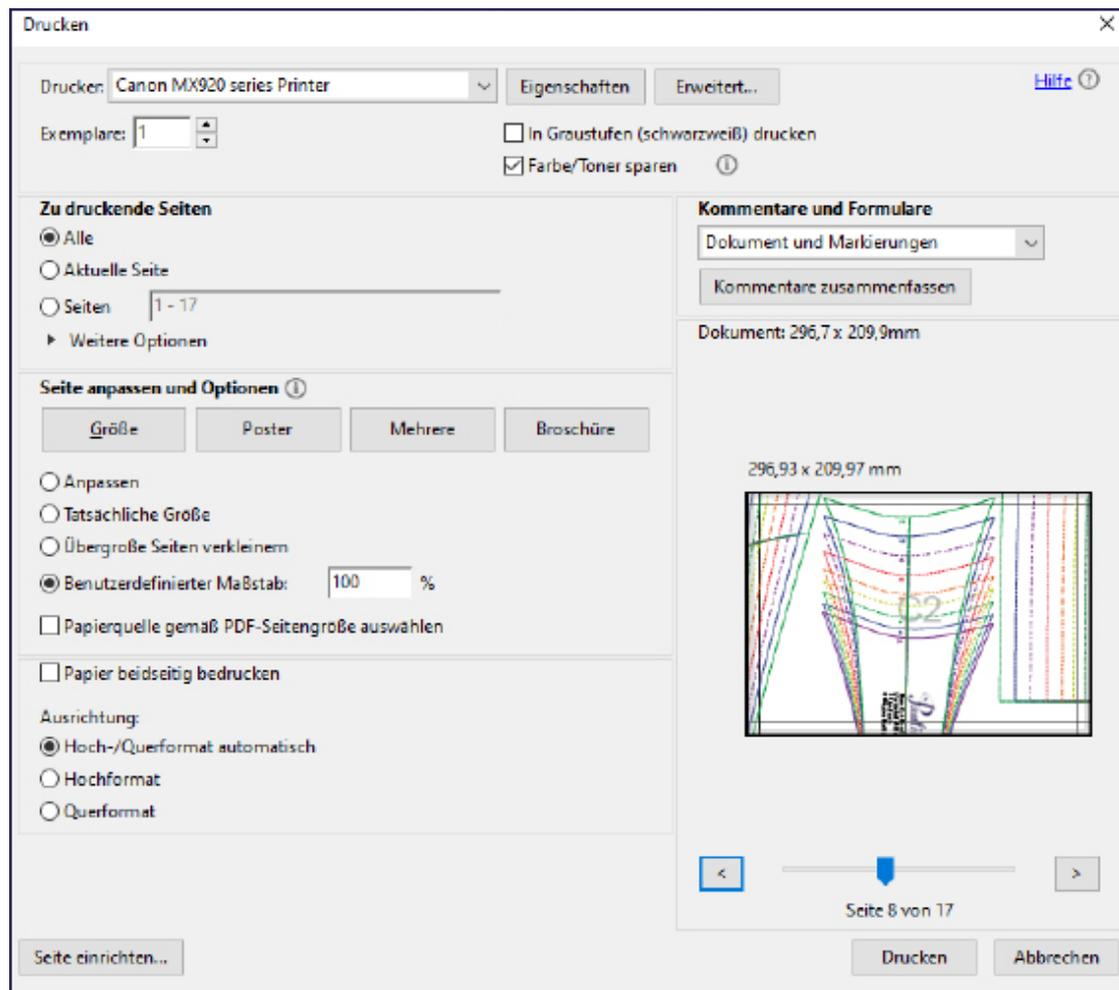
Wenn du mit allen Teilungen am Mittelteil nähen willst:

Videoanleitung Bow-Cut-Dress mit allen Teilungen

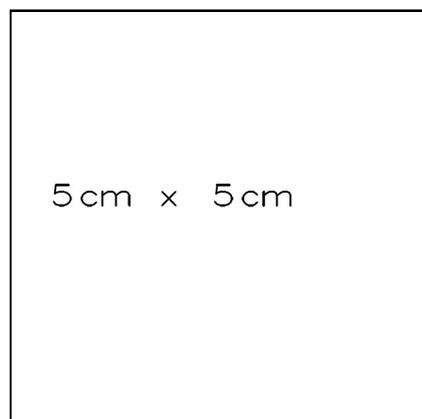
<https://youtu.be/nACJcLym60U>

Copyright und Danke	2
Richtiges Drucken	4
Anleitung Ebenendruck	5
Für Druck in A4	5
Für Druck in A0	8
Das Schnittmuster zusammenkleben und ausschneiden	8
Das Wichtigste zuerst	9
Individualanpassungen.....	9
Körpergröße	9
Den Schnitt kürzen	9
Den Schnitt verlängern.....	10
Schulterbreite anpassen	10
Falten im „Mittelteil hinten“	11
Kragenhöhe anpassen	11
Variantenreichtum	12
Was du benötigst.....	12
Wie du dich richtig vermisst.....	13
Größenbestimmung und Passform	14
Stoffverbrauch	14
Zuschnitt diverser Hoodievarianten	15
Mit allen Teilungen, ohne Eingriffstaschen	15
Mit einfachen Teilungen, ohne Eingriffstaschen.....	15
Mit Kapuze, ohne Teilungen und Eingriffstasche	16
Mit Eingriffstaschen, ohne Kapuze	16
Mit einfachen Teilungen und Kragen	17
Mit Kragen, ohne Teilungen	17
Lifhack Taschenbeutel umklappen statt wegschneiden.....	18
Was du beim Zuschneiden unbedingt tun solltest.....	19
Liste meiner Probenäher(innen)	21

Richtiges Drucken



Stelle bei deinem Drucker den **benutzerdefinierten Maßstab auf 100%** und die **Ausrichtung auf Auto!**

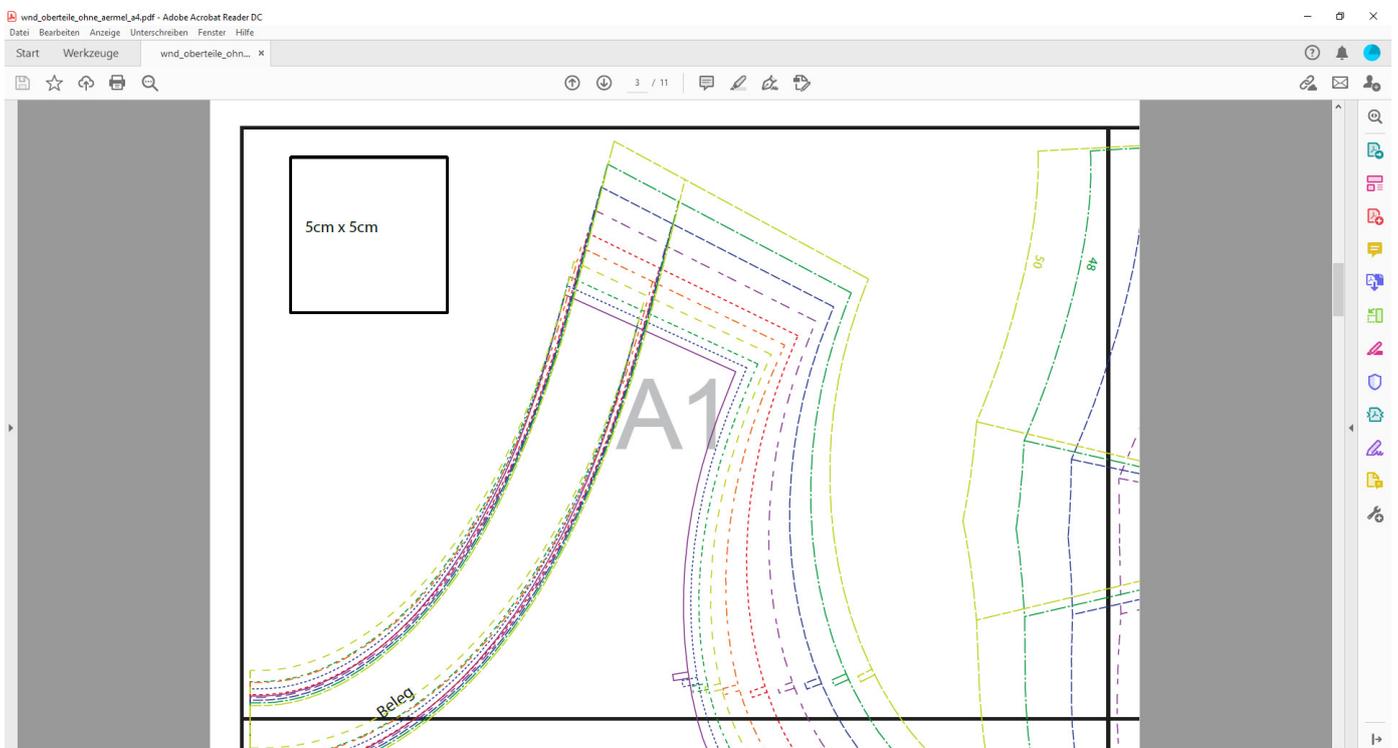


Kontrolliere das Testquadrat! Es muss 5x5cm groß sein.

Anleitung Ebenendruck

Über Adobe Acrobat Reader

Für Druck in A4



1) Öffne die A4 Schnittteile, die du drucken möchtest.

Das Wichtigste zuerst

Der Schnitt enthält weder eine Nahtzugabe, noch eine Saumzugabe!!
Ich empfehle dir eine Saumzugabe von 2cm und eine Nahtzugabe von 0,7-1cm, je nach Nahtbreite deiner Maschine. Der Schnitt ist eher körpernah!

Nähe am besten zuerst einen Hoodie aus Teststoff im Originalzustand, OHNE Abänderungen!!! Nur so kannst du beurteilen, ob du am Schnitt individuelle Anpassungen vornehmen musst. Außer du bist bedeutend größer oder kleiner, dann passe gleich die Länge an!

Individualanpassungen

Körpergröße

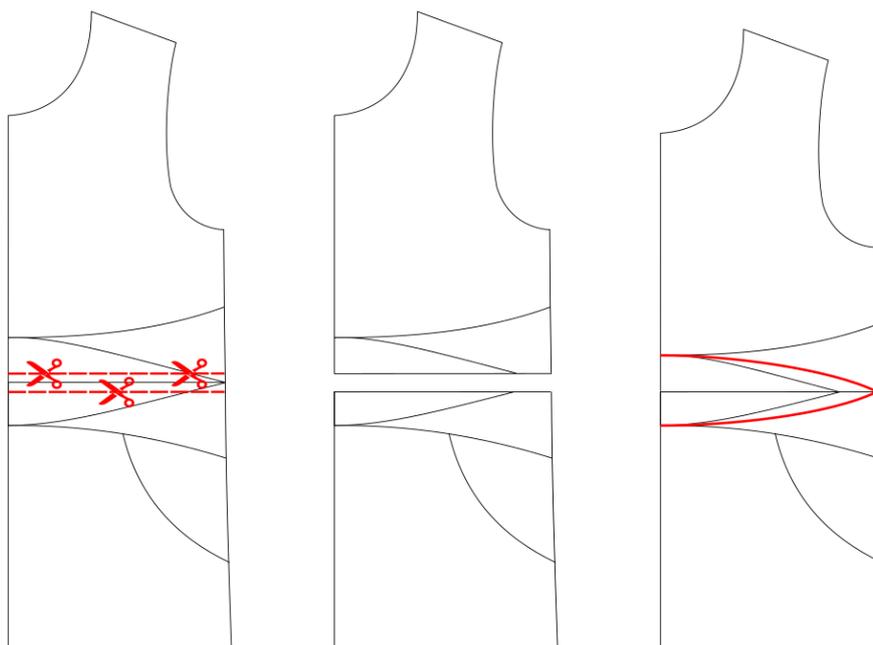
Hast du z. B. einen kurzen oder langen Oberkörper, oder bist du kleiner oder größer als 178cm, musst du deinen Hoodie anpassen. Der Schnitt fällt etwas länger aus.

Dazu musst du deinen Schnitt bei der Sperrlinie (mittig bei den Mittelteilen) abschneiden und nach oben und unten individuell verkürzen oder verlängern. Wie du das am besten machst, zeige ich dir anhand der Fotos, oder „Elle Puls“ in ihrem Video: <https://bit.ly/2YDFqYS>

Den Schnitt kürzen

Wenn du den Schnitt an der Sperrlinie verkürzen möchtest, misst du von der Sperrlinie ausgehend Richtung Ober- und Unterteil gleichermaßen die Abstände nach oben und unten, um die du die Teile verkürzen möchtest. Schneide diese Differenz weg und klebe den Schnitt so erneut zusammen.

Achte darauf, dass die Bruchlinien beider Teile parallel verlaufen. Zeichne den Verlauf des Schnittes erneut ein.



Verkürzen

Du kannst aber auch die Nahtzugabe zwischen den Teilungen weglassen, wenn es sich nur um wenig Differenz handelt, so bleibt auch das Mittelteil von der Breite in Relation zum Ober- und Unterteil. Übernimm jegliche Änderungen, die du am Vorder- und Rückteil an den Teilungen tätigst, auch am Ärmel.

Bedenke allerdings, dass etwaige Änderungen – speziell wenn du mit Teilungen nähst - das Aussehen des Hoodies verändern könnten!

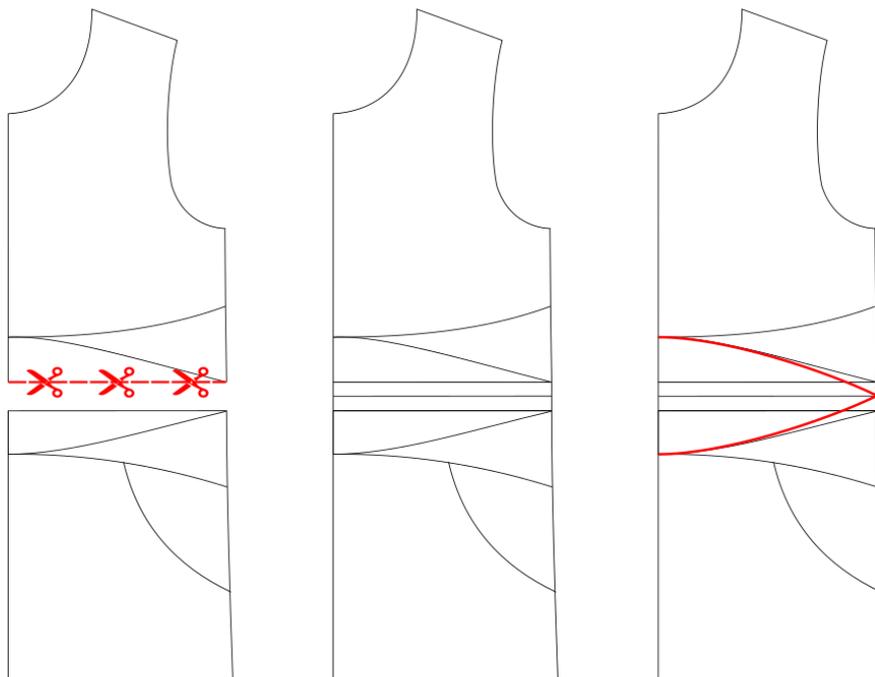
Die mittlere Teilung sollte im Idealfall jedoch immer direkt im Taillenbereich zu sitzen kommen.

Den Schnitt verlängern

Beim Verlängern schneidest du den Schnitt entlang der Sperrlinie auseinander. Lege ein Blatt Papier unter den Schnitt und verlängere den Schnitt um die Differenz, die du noch brauchst.

Achte darauf, dass die Bruchlinien beider Teile parallel verlaufen.

Danach zeichnest du einen neuen Verlauf in den Schnitt ein.



Verlängern

Du kannst aber auch mehr Nahtzugabe zwischen den Teilungen hinzufügen, wenn es sich nur um wenig Differenz handelt, so bleibt auch das Mittelteil von der Breite in Relation zum Ober- und Unterteil. Übernimm jegliche Änderungen, die du am Vorder- und Rückteil an den Teilungen tätigst, auch am Ärmel.

Bedenke allerdings, dass etwaige Änderungen – speziell wenn du mit Teilungen nähst - das Aussehen des Hoodies verändern könnten!

Die mittlere Teilung sollte im Idealfall jedoch immer direkt im Taillenbereich zu sitzen kommen.

Schulterbreite anpassen

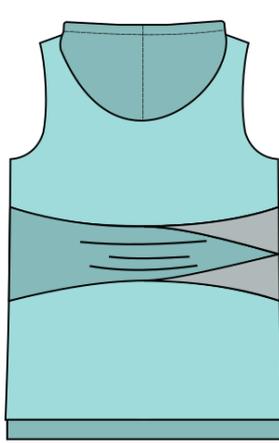
Mithilfe dieses Tutorials kannst du die Breite der Träger der Schulterbreite entsprechend anpassen.

Du kannst die Träger entweder verschmälern, oder verbreitern.

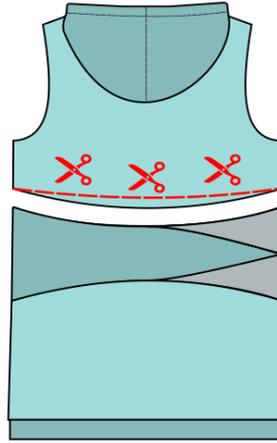
<https://hilli-hiltrud.com/schulterbreite-anpassen>

Falten im „Mittelteil hinten“

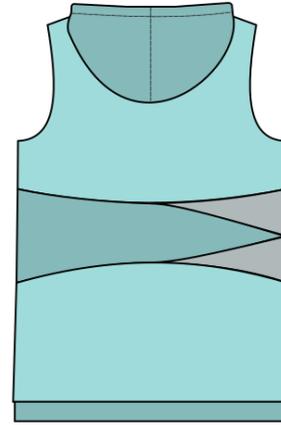
Wenn du deinen Hoodie mit Teilung nährst und sich im Bereich des „Mittelteiles hinten“ Falten bilden, kannst du die Rundung der Unterkante des „Rückteils oben“ etwas abflachen. Einfach an der Bruchkante 1-2cm nach oben messen und den Verlauf anpassen. Wichtig ist aber, dass du direkt an den Außenkanten nichts mehr veränderst, da sonst die Teilungen von hinten und vorne nicht mehr aufeinander treffen. Das „Mittelteil hinten“ lässt du dabei unverändert. Durch die Abflachung am „Oberteil hinten“, kommt das „Mittelteil hinten“ etwas höher und die Falten relativieren sich.



Falten im Bereich des mittleren Rückteils



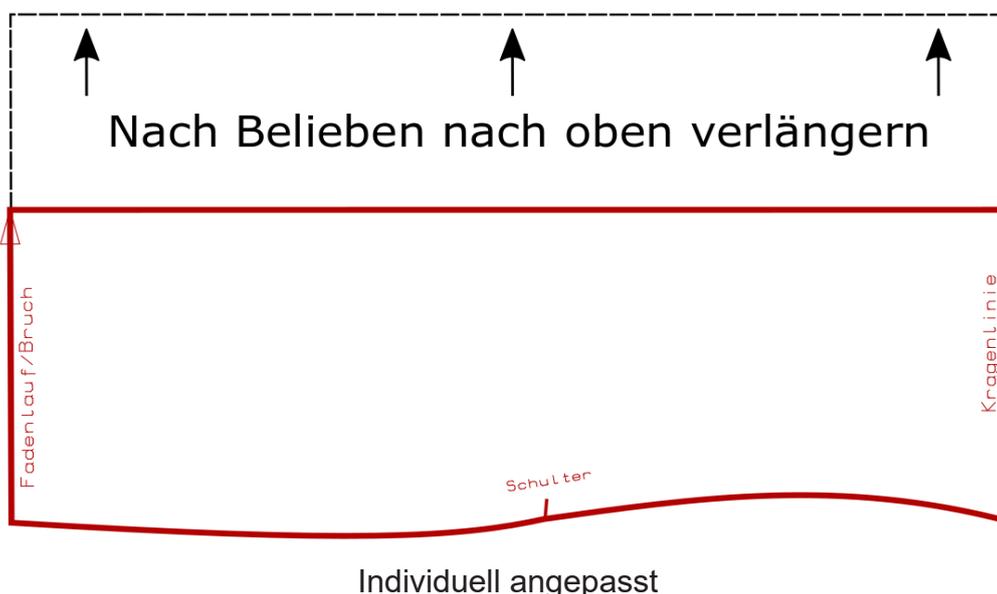
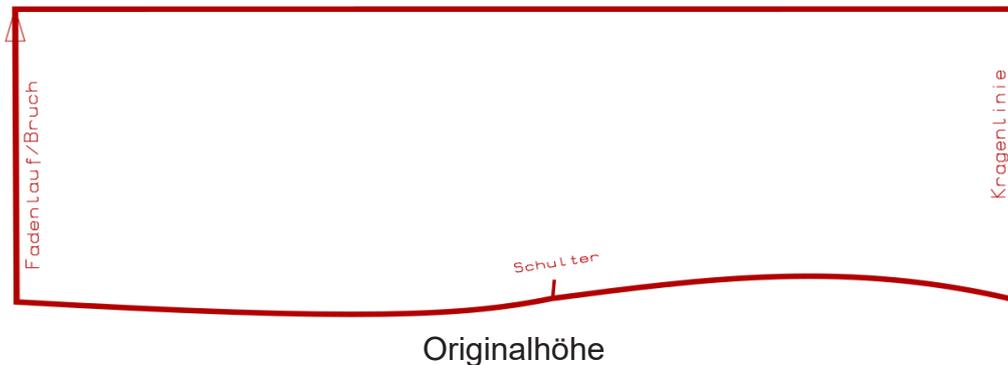
Abflachen der Wölbung an der Unterkante des Rückteils oben



Erneutes Zusammennähen von Ober- und Unterteil, die Falten relativieren sich

Kragenhöhe anpassen

Wenn du gerne einen langen Kragen möchtest oder diesen umstülpen möchtest, verlängere den Kragen entsprechend nach oben.



Variantenreichtum

Es gibt viele verschiedene Arten, wie du deinen Bow-Cut-Hoodie nähen kannst. Einige möchte ich dir kurz erläutern:

Standard mit allen Teilungen

Der Schnitt enthält einige Teilungen auf Taillenhöhe, die du ganz frei Schnauze legen und nähen kannst.

Zusätzlichen werden die Teilungen bei den Ärmeln weitergeführt, was in Summe mit Kapuze und Taschenteil, für einen sportlichen Touch sorgt.

Der Bow-Cut-Hoodie als Basic

Du kannst den Hoodie auch ohne Teilungen, als Basic-Teil nähen. Er ist schnell genäht und ist besonders geeignet für Stoffe mit großflächigen Mustern.

Mit Kapuze, Kragen oder doch nur mit Bündchen

Im Schnitt sind verschiedene Optionen für den Ausschnitt vorgesehen.

Mit der Kapuze wird es lässig und sportlich, wenn du es lieber kuschelig magst, könntest du dich für den Kragen entscheiden. Magst du beides nicht, entscheide dich für ein Bündchen am Ausschnitt.

Was du benötigst

- ❖ Das richtig ausgedruckte Schnittmuster – achte auf die tatsächliche Größe und die Seitenanpassung. Kontrolliere das Testquadrat!
- ❖ Schere oder Rollschneider, Klebeband bzw. Klebstoff
- ❖ Achte bei der Stoffwahl darauf, dass die Stoffe wirklich gut dehnbar sind und vor allem auch der Kombistoff gleich dehnbar ist. Ich empfehle dir French Terry oder Sommersweat. Für Jersey ist der Schnitt eher etwas zu weit und könnte besonders bei den Ärmeln unschön fallen.
- ❖ Trickmarker oder Schneiderkreide
- ❖ Nähmaschine/Overlock
- ❖ Nadeln oder Wonderclips
- ❖ Garne in verschiedenen Farben
- ❖ Kordeln für die Kapuze
- ❖ Wonderdots oder Vlieseline zum Verstärken der Kordelösen
- ❖ Dehnbares Bügelvlies H 609
- ❖ Kordelösen und Ösenpatches
- ❖ Eine Stopfnadel zum Versäubern
- ❖ Eventuell Krimms-Krams wie z.B. Kordelstopper, Paspeln, Labels...

Wie du dich richtig vermisst

1.) Brustumfang:

Ziehe dich bis auf die Unterwäsche aus und stelle dich vor einen Ganzkörperspiegel.

Dieses Maß musst du an der weitesten Stelle der Brust abnehmen. Hier sollte das Maßband eher locker an der Brust anliegen. Stelle sicher, dass das Maßband über der Brust und auch am Rücken auf derselben Höhe sitzt.

2.) Taille:

Suche deine Taille. Stelle dich gerade hin und beuge dich nach vorn oder zur Seite und beachte, wo dein Körper einknickt. Dies ist deine natürliche Taille. Es ist der schmalste Teil des Oberkörpers, der zwischen Brustkorb und Bauchnabel liegt. Dieser Punkt sitzt fast direkt über dem Bauchnabel, maximal ein bis zwei Zentimeter darüber.

Lege das Maßband um deine Taille. Halte es parallel zum Boden. Halte nicht den Atem an oder ziehe den Bauch ein. Stehe bequem aufrecht, um ein akkurates Maß zu erhalten. Ziehe das Band nicht zu fest.

Sieh dir die Zahl im Spiegel an oder schau vorsichtig nach unten und halte dabei den Rücken gerade.

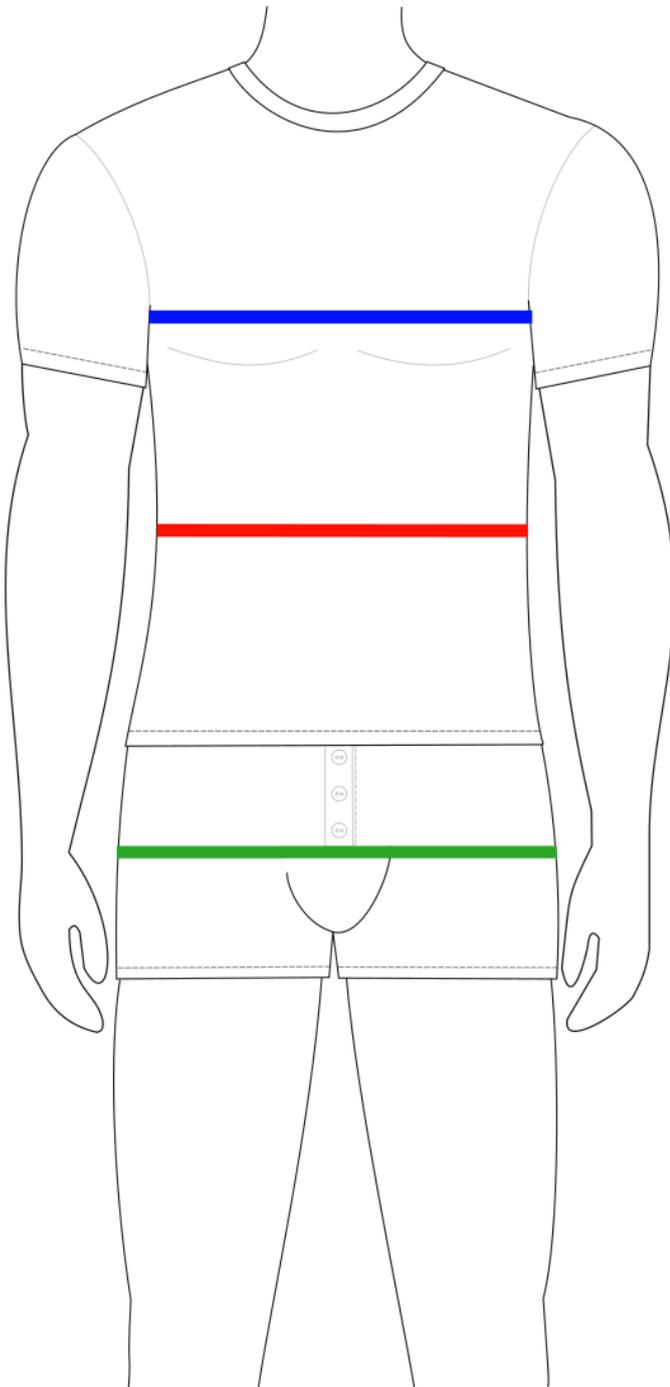
3.) Gesäß:

Lege das Obergewand, wie Hose und Oberenteil, ab. Dünne Unterwäsche kannst du anlassen und bekommst trotzdem eine präzise Messung.

Stelle deine Füße aneinander und nimm Maß. In jedem Fall sollten deine Füße nicht weiter auseinander sein als deine Schultern, ganz beieinander ist aber am besten.

Die Messung deiner Gesäßbreite sollte dort vorgenommen werden, wo dein Gesäß am breitesten ist. Das Gesäß stellt die breiteste Stelle deiner unteren Hälfte dar.

Beim Messen sollte das Maßband eng an deinem Gesäß liegen, dir aber nicht die Durchblutung abschnüren. Es sollte so eng anliegen, dass nur ein Finger darunter durch passt.



Größenbestimmung und Passform

Ermittle anhand dieser Tabelle deine zu nähernde Größe:

Körpermaß	XS	S	M	L	XL	XXL
Brustumfang	84,0	92,0	100,0	108,0	116,0	124,0
Taillenumfang	72,0	80,0	88,0	97,0	106,0	115,0
Gesäßumfang	90,0	96,0	102,0	109,0	116,0	123,0

Jeder Körper ist anders gebaut. Oft ist es sogar der Fall, dass man 2-3 verschiedene Größen braucht für gewisse Körperregionen. So kann es sein, dass du obenrum eine XL trägst, aber ab der Taille oder der Hüfte eine M benötigst.

- ❖ Bist du zwischen zwei Größen, kannst du dir den Schnitt im Verlauf anpassen.
- ❖ Der Schnitt ist auf eine **Größe von 178cm** ausgelegt. Bist du kleiner oder größer, musst du dir den Schnitt auf deine Größe anpassen.
- ❖ Mehr zum Thema „Individualanpassungen“ findest du ab Seite 9.

Stoffverbrauch

Höhe x maximale Breite

Größe	Basic mit Halsbündchen ohne Tasche	Taschen	Kapuze	Kragen
XS	130 x VB	28x60	40x70	16x60
S	135 x VB	28x60	45x75	16x60
M	140 x VB	28x65	45x75	16x65
L	140 x VB	28x70	45x80	16x70
XL	145 x VB	28x70	45x80	16x70

Der Stoffverbrauch ist auf sparsames Zuschneiden ausgelegt.

Je nach Musterverlauf kann der Stoffverbrauch natürlich steigen. So z. B. wenn du den Stoff nicht kopfüber (wenn das Muster nur in eine Richtung verläuft) zuschneiden kannst. Dann plane auf alle Fälle mehr ein!

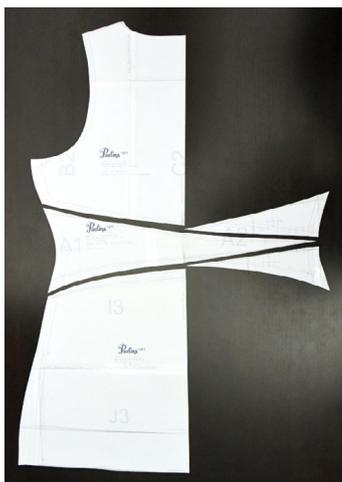
	Bündchenhöhe:	Bündchenlänge:
Ärmelbündchen:	12cm x ausgerechneter Länge	Umfang x 0,9 oder x 0,7
Kapuzenbündchen:	4cm x ausgerechneter Länge	Umfang - 2-4cm
Halsbündchen:	4cm x ausgerechneter Länge	Umfang x 0,9 oder x 0,7
Saumbündchen:	15cm x ausgerechneter Länge	Umfang - 6-10cm
Nackensäubung:	4cm x ausgemessener Länge	Maß zwischen den Schultern

Bündchenlänge berechnen: Umfang bei Jersey x 0,9 und bei Bündchenware x 0,7.

Zuschnitt diverser Hoodievarianten

Füge noch unbedingt zwischen allen Teilungen eine Nahtzugabe hinzu!
Neben den vorgestellten Varianten gibt es noch zahlreiche andere Möglichkeiten deinen neuen Hoodie zu nähen.

Mit allen Teilungen, ohne Eingriffstaschen



1x im Bruch Oberteil vorne
1x alle Teile des Mittelteiles vo.
1x im Bruch Unterteil vorne

1x im Bruch Oberteil hinten
1x alle Teile Mittelteile hinten
1x im Bruch Unterteil hinten

1x gegengleich Ärmel oben
1x gegengleich Ärmel mitte
1x gegengleich Ärmel unten

1x im Bruch Kapuze aus Außenstoff
1x im Bruch Kapuze aus Innenstoff

Mit einfachen Teilungen, ohne Eingriffstaschen



1x im Bruch Oberteil vo.
1x im Bruch Mittelteil vo.
1x im Bruch Unterteil vo.

1x im Bruch Oberteil hi.
1x im Bruch Mittelteil hi.
1x im Bruch Unterteil hi.

1x gegengleich Ärmel oben
1x gegengleich Ärmel mitte
1x gegengleich Ärmel unten

1x im Bruch Kapuze aus Außenstoff
1x im Bruch Kapuze aus Innenstoff

Was du beim Zuschneiden unbedingt tun solltest

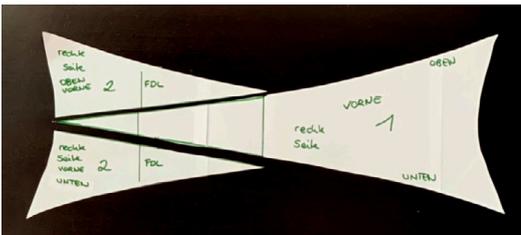


Übertrage gleich nach dem Zuschneiden jedes Teiles die Markierungen auf den Stoff. Das kannst du mit einer Stecknadel oder mit dem Trickmarker tun.

- 1) Markiere mit Nadeln oder dem Trickmarker ALLE Brüche. Das erleichtert deine Arbeit und spart Zeit. Außerdem führt es zu einem sauberen Ergebnis und du musst unter Garantie nicht auftrennen.



- 2) Markiere dir, welche Oberteile die sichtbaren (die rechte obere Stoffseite) sein sollen.



- 3) Überlege dir vor dem Zuschneiden der Mittelteile, in welche Richtungen diese schauen sollen. Wenn du möchtest, dass die Spitzen der großen Mittelteile zueinanderstehen, musst du die hinteren Mittelteile umdrehen und neu beschriften. Übertrage den Fadenlauf auf alle drei Teile und beschrifte sie mit „VO“, „HU“ usw. Hilfreich ist es auch, den Schnittteilen je eine Zahl pro gewünschte Stofffarbe zuzuordnen. 1 ist z.B. blau, 2 ist z.B. rot.



- 4) Besonders bei den Mittelteilen ist es wichtig zu wissen wo oben und unten und hinten und vorne ist! Verkehrt herum angenäht führen sie zum falschen Ergebnis und zu einer schlechten Passform. Beschrifte die Teile gleich nach dem Zuschneiden entsprechend!