

# Sun-Milk-Dress

Kleid und Stillkleid in den Größen 32/34-48/50



**Paulina** näht

Mit freundlicher Unterstützung von



# Inhaltsverzeichnis:

Das Wichtigste zuerst	Seite 4
Was du benötigst	Seite 5
Stoffverbrauch	Seite 5
Wie du dich richtig vermisst	Seite 6
Größenbestimmung, Passform und kleine Änderungen	Seite 7
Richtiges Drucken	Seite 8
Schnittmuster kleben und ausschneiden	Seite 9
Schnittanpassung bei kleinem oder großem Busen	Seite 10
Varianten	Seite 14
Was wie oft zuschneiden?	Seite 17
Näh-Anleitung Sun-Milk-Dress	Seite 17
Tutorial „Kleid in Einem nähen“ und Maxi-Kleid	Seite 31
Tutorial Sun-Milk-Dress-Rock nähen	Seite 39
Namen und Seiten meiner Probenäh-Mädls	Seite 43

# Schnittmuster Einzelteile:

Oberteil hinten	Seite 45, 47
Mittelstreifen	Seite 46
Oberteil vorne	Seite 46, 48, 49, 50
Saumstreifen	Seite 51, 52
Rockteil leger	Seite 53, 54, 57, 58, 61, 62
Rockteil slim	Seite 55, 56, 59, 60, 63, 64
Schnittplan	Seite 65

# Das Wichtigste zuerst:

**Der Schnitt enthält weder eine Nahtzugabe, noch eine Saumzugabe!!  
Ich empfehle dir eine Saumzugabe von 2cm und eine Nahtzugabe von 0,7cm.**

**Die Bündchenhöhe sollte 4cm – inkl Nahtzugabe - nicht überschreiten!**

**Es gibt viele verschiedene Arten wie du dir dein Kleid nähen kannst. Diese möchte ich dir kurz erläutern:**

## **Standard:**

Der überkreuzte Ausschnitt eignet sich besonders fürs Stillen, kann aber natürlich auch von Non-Milk-Mamas getragen werden.

## **Das Sun-Milk-Dress in „Einem“:**

Du kannst dein Kleid auch ohne Teilungen, als Basic-Teil nähen. Es ist schnell genäht und ist besonders geeignet für Stoffe mit großflächigen Mustern.

## **Dein Kleid als Maxi-Kleid:**

Mit ein paar kleinen Handgriffen, kannst du den Schnitt ganz einfach verlängern und dir ein Maxi-Kleid zaubern.

## **Der Sun-Milk-Dress-Rock:**

In einem weiteren Tutorial erkläre ich dir, wie du ganz einfach das Rockteil als Single-Rock nähen kannst. 😊

## **Das Kleid mit Tellerrock:**

Der Tellerrock ist ein Freebook und kann gratis auf Makerist herunter geladen werden. Eine ausführliche Anleitung und weitere Tutorials liegen dem Schnitt bei.

Das Freebook findest du hier:

<https://www.makevist.de/patterns/freebook-tellerrock-fuer-das-sun-oder-rain-day-dress>

# 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 dünnen Baumwoll-Jersey, der wenig starr ist. Viskosejersey eignet sich auch.**
- ❖ Trickmarker oder Schneiderkreide
- ❖ Nähmaschine/Overlock
- ❖ Nadeln oder Wonderclips
- ❖ Garne in verschiedenen Farben
- ❖ Eine Stopfnadel zum Versäubern
- ❖ Eventuell Krims-Krams wie z.B. Perlen, Spitze oder Paspeln

# Stoffverbrauch:

## Höhe x Breite

Größe	Standard-Kleid	Kleid in Einem genäht	Kleid als Maxi-Kleid	Single Rock	Kleid mit Tellerrock
<b>32/34</b>	1,40m x VB	1,40m x VB	2,30m x VB	0,70m x VB	2,60m x VB
<b>36/38</b>	1,50m x VB	1,50m x VB	2,40m x VB	0,80m x VB	2,60m x VB
<b>40/42</b>	1,50m x VB	1,50m x VB	2,40m x VB	0,80m x VB	2,70m x VB
<b>44/46</b>	1,60m x VB	1,60m x VB	2,50m x VB	0,90m x VB	2,80m x VB
<b>48/50</b>	1,60m x VB	1,60m x VB	2,50m x VB	0,90m x VB	2,80m x VB

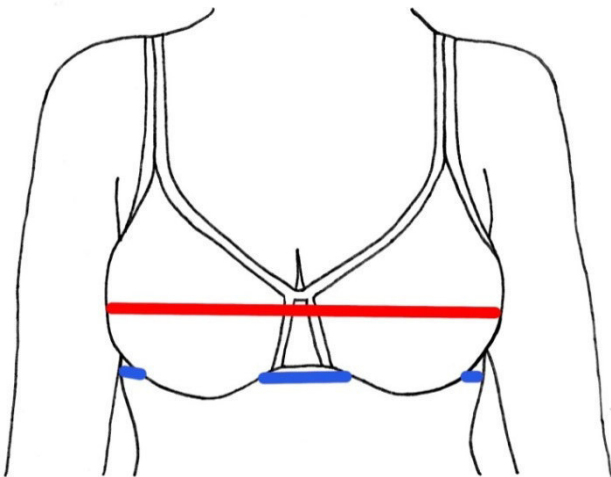
Der Stoffverbrauch bezieht sich als Gesamtes auf die Oberteile, Rockteile, Saum- und Mittelstreifen und Bündchen. Im Durchschnitt braucht man ca. 1-1,20m vom Hauptstoff, der Rest ist Kombi- bzw. Uni-Stoff.

Der Stoffverbrauch ist auf sparsames Zuschneiden ausgelegt.

**Je nach Musterverlauf kann der Stoffverbrauch natürlich steigen. So zB. wenn du den Stoff nicht auf kopfüber für zB. die Rockteile zuschneiden kannst. Dann plane auf alle Fälle mehr ein!**

# Wie du dich richtig vermisst:

## 1.) Unterbrustweite:



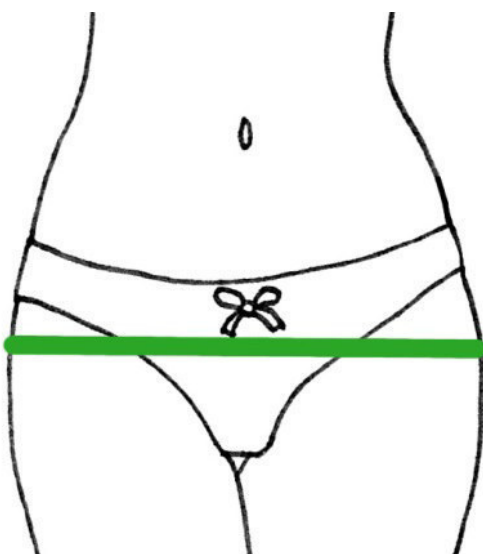
Miss deine Unterbrustweite indem du ein Maßband direkt unter der Brust, am Brustansatz anlegst. Das Maßband sollte am Rücken – zwar nicht zu eng, aber immer noch so weit, dass du normal atmen kannst – und waagrecht bis unter den Brustansatz anliegen. Das Maßband muss immer in derselben Höhe sitzen.

## 2.) Brustumfang:

Dieses Maß musst du an der weitesten Stelle der Brust abnehmen. Hier sollte das Maßband eher locker anliegen, damit es die Brüste nicht verformt oder zusammendrückt.

Stelle sicher, dass das Maßband über der Brust und auch am Rücken auf derselben Höhe sitzt.

## 3.) Hüfte:



Lege das Obergewand, wie Hose und Oberteil, 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 Hüftbreite sollte dort vorgenommen werden, wo deine Hüfte am breitesten ist. Die Hüfte stellt die breiteste Stelle deiner unteren Hälfte dar.

Beim Messen sollte das Maßband eng an deiner Hüfte 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 nähende Größe:**

Größe	32/34	36/38	40/42	44/46	48/50
Unterbrust	62-72	72-82	82-92	92-102	102-112
Brustumfang	76-86	87-97	97-107	107-117	117-127
Hüftumfang	81-91	91-101	101-111	112-122	122-132

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 36 trägst, aber ab der Taille oder der Hüfte eine 40 benötigst.

- Bist du zwischen zwei Größen, kannst du dir den Schnitt im Verlauf anpassen.
- Eventuell musst du dir bei gewissen Stellen dein Kleid noch enger nähern, falls du eher sehr schlank bist oder einen kleinen Busen hast.
- Der Schnitt ist auf eine Größe von **173cm** ausgelegt. Bist du kleiner, musst du dir den Schnitt auf deine Größe anpassen. Du kannst die Nahtzugabe zwischen den Teilungen weglassen, das Oberteil verkürzen (außer du hast einen sehr großen Busen), das Rockteil kürzen, sowie die Saumzugabe am Saumstreifen weglassen. Bedenke allerdings, dass dies das Aussehen des Kleides verändern könnte!

**Wie du dein Kleid ganz professionell verlängerst oder verkürzt, findest du auf der Seite von „Elle Puls“ unter folgendem Link:**

<https://ellepuls.com/2016/07/schnittmuster-verlaengern-shirt/>

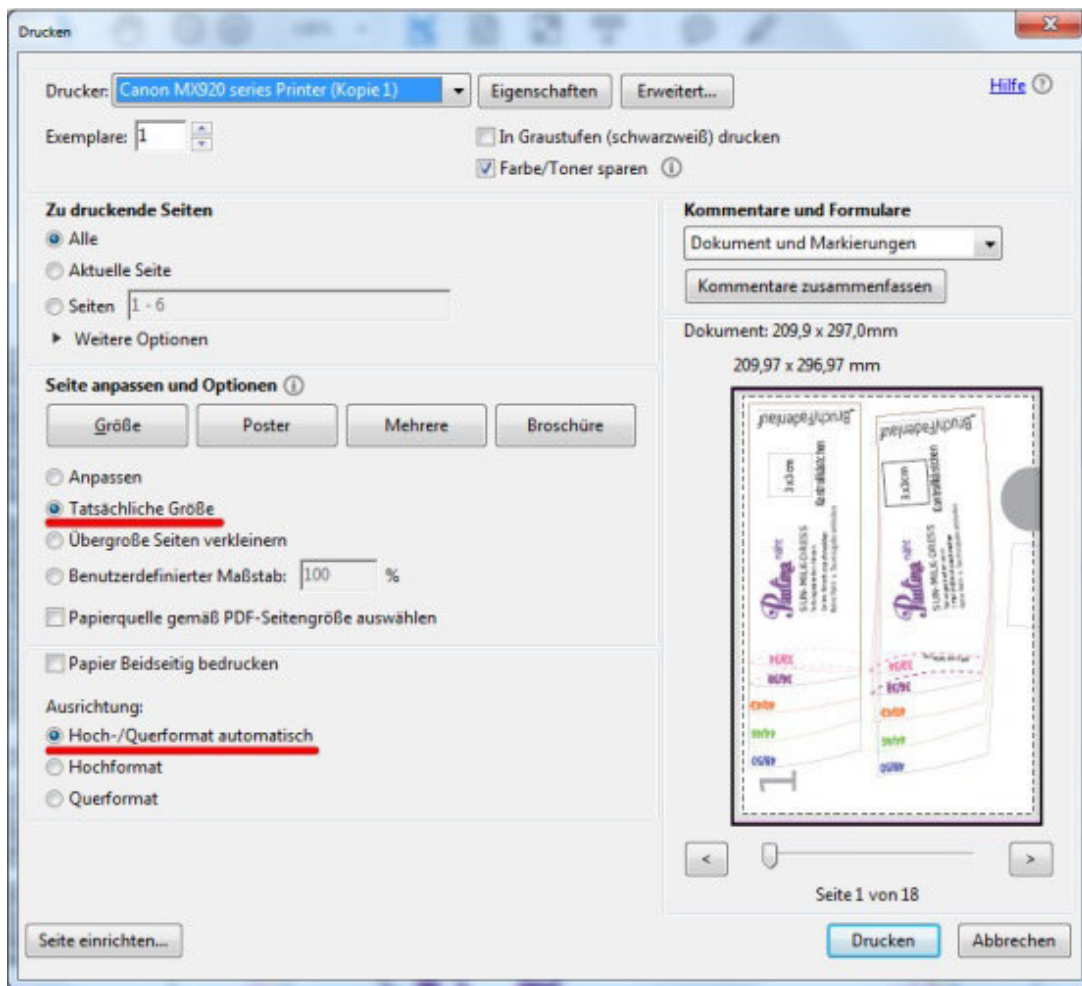
**Ermittle anhand dieser Tabelle deinen Cup:**

Schritt 1: Unterbrustweite		Schritt 2: Brustumfang (Cup)								
63 – 67	65	75 – 77	77 – 79	79 – 81	<u>81 – 83</u>	83 – 85	85 – 87	87 – 89	89 – 91	91 – 93
68 – 72	70	80 – 82	82 – 84	84 – 86	<u>86 – 88</u>	88 – 90	90 – 92	92 – 94	94 – 96	96 – 98
73 – 77	75	85 – 87	87 – 89	89 – 91	<u>91 – 93</u>	93 – 95	95 – 97	97 – 99	99 – 101	101 – 103
78 – 82	80	90 – 92	92 – 94	94 – 96	<u>96 – 98</u>	98 – 100	100 – 102	102 – 104	104 – 106	106 – 108
83 – 87	85	95 – 97	97 – 99	99 – 101	<u>101 – 103</u>	103 – 105	105 – 107	107 – 109	109 – 111	111 – 113
88 – 92	90	100 – 102	102 – 104	104 – 106	<u>106 – 108</u>	108 – 110	110 – 112	112 – 114	114 – 116	116 – 118
93 – 97	95	105 – 107	107 – 109	109 – 111	<u>111 – 113</u>	113 – 115	115 – 117	117 – 119	119 – 121	121 – 123
98-102	100	110 – 112	112 – 114	114 – 116	<u>116 – 118</u>	118 – 120	120 – 122	122 – 124	124 – 126	126 – 128
		AA	A	B	<u>C</u>	D	E	F	G	H

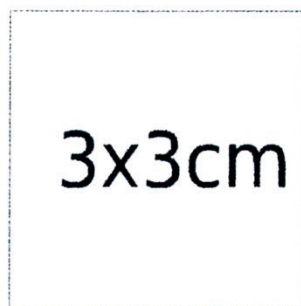
Der Schnitt ist auf einen **C-Cup** ausgelegt.

- Je nach Cup musst du das Oberteil vorne und hinten um 1cm pro Cup verlängern oder verkürzen. Ausgehend von einem C-Cup!!  
Wie du das machst, findest du im Tutorial zum Anpassen der Oberteile auf Seite 10.

# Richtiges Drucken:



Achte beim Drucken auf **die tatsächliche Größe**, die **Seitenanpassung** und das **Format**.



3x3cm

Kontrollkästchen

Kontrolliere das Testquadrat! Es muss 3x3cm groß sein.

## Das Schnittmuster zusammenkleben und ausschneiden:



Schneide eine Kante bei den Symbolen weg und klebe das Schnittmuster an die entgegengesetzte Kante.

Orientiere dich an den verschiedenen Symbolen, wie du das Schnittmuster zusammensetzen musst.



Standard



Tailliert

In den Größen 32/34 und 36/38 gibt es eine zusätzliche Taillierungslinie.

Wenn du bei der Taille besonders schlank bist, empfiehlt es sich, die taillierte Version zu nähen.



# Schnittanpassung bei kleinem oder großem Busen:

Tutorial von Birthe Schoon von „Von Birthe“

Schritt 1: Unterbrustweite		Schritt 2: Brustumfang (Cup)								
63 – 67	<b>65</b>	75 – 77	77 – 79	79 – 81	<u>81 – 83</u>	83 – 85	85 – 87	87 – 89	89 – 91	91 – 93
68 – 72	<b>70</b>	80 – 82	82 – 84	84 – 86	<u>86 – 88</u>	88 – 90	90 – 92	92 – 94	94 – 96	96 – 98
73 – 77	<b>75</b>	85 – 87	87 – 89	89 – 91	<u>91 – 93</u>	93 – 95	95 – 97	97 – 99	99 – 101	101 – 103
78 – 82	<b>80</b>	90 – 92	92 – 94	94 – 96	<u>96 – 98</u>	98 – 100	100 – 102	102 – 104	104 – 106	106 – 108
83 – 87	<b>85</b>	95 – 97	97 – 99	99 – 101	<u>101 – 103</u>	103 – 105	105 – 107	107 – 109	109 – 111	111 – 113
88 – 92	<b>90</b>	100 – 102	102 – 104	104 – 106	<u>106 – 108</u>	108 – 110	110 – 112	112 – 114	114 – 116	116 – 118
93 – 97	<b>95</b>	105 – 107	107 – 109	109 – 111	<u>111 – 113</u>	113 – 115	115 – 117	117 – 119	119 – 121	121 – 123
98 – 102	<b>100</b>	110 – 112	112 – 114	114 – 116	<u>116 – 118</u>	118 – 120	120 – 122	122 – 124	124 – 126	126 – 128
		<b>AA</b>	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>	<b>F</b>	<b>G</b>	<b>H</b>

Der Schnitt Sun-Milk-Dress ist auf ein C-Körbchen ausgelegt. Je nachdem wie groß dein Busen ist, musst du das „Oberteil vorne“ und „Oberteil hinten ein bisschen anpassen. Ermittle zuallererst anhand der Cup-Größen-Tabelle, welche Körbchengröße du hast.

Pro Cup rechnest du entweder – ausgehend von Cup C – 1cm weniger, oder mehr dazu.

## Beispiel:

Du hast ein G-Körbchen. Ausgehend von Cup C rechnest du:

D-Cup + 1cm

E-Cup + 1cm

F-Cup + 1cm

G-Cup + 1cm

+ 4cm

## BEI KLEINEM BUSEN:

- 1) Schneide lediglich die Zentimeter-Differenz-Anzahl bei der Unterkante der Oberteile VORNE und HINTEN weg! **Die Träger musst du nicht verändern.**

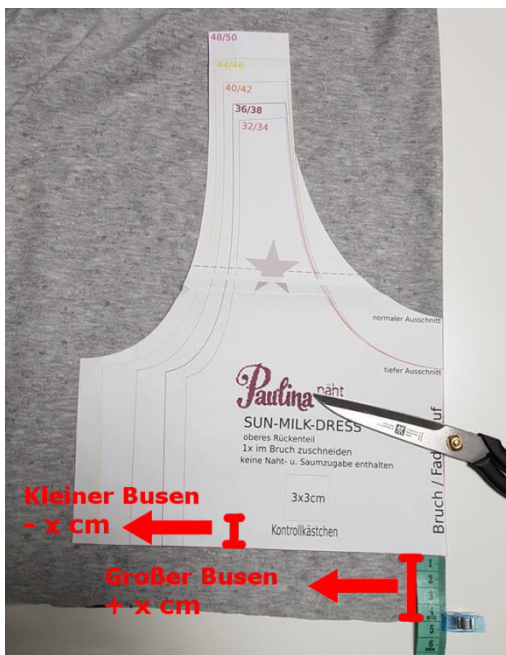
## BEI GROßEM BUSEN:

- 1) Ich nähe das Kleid in Gr. 44/46, habe aber die Angewohnheit, nicht diese Größe aus dem Schnitt auszuschneiden, sondern die jeweilige Größe zu radeln bzw. mit Schneiderkreide auf den Stoff zu übertragen.

Ich habe das „Oberteil vorne“ bereits unten um 4cm verlängert, da ich einen G-Cup habe. Mehr musst du vorne auch nicht verändern.

Lege in weiterer Folge das „Oberteil hinten“ auf den im Bruch liegenden Stoff.

Verlängere das „Oberteil hinten“ unten ebenfalls um 4 cm.



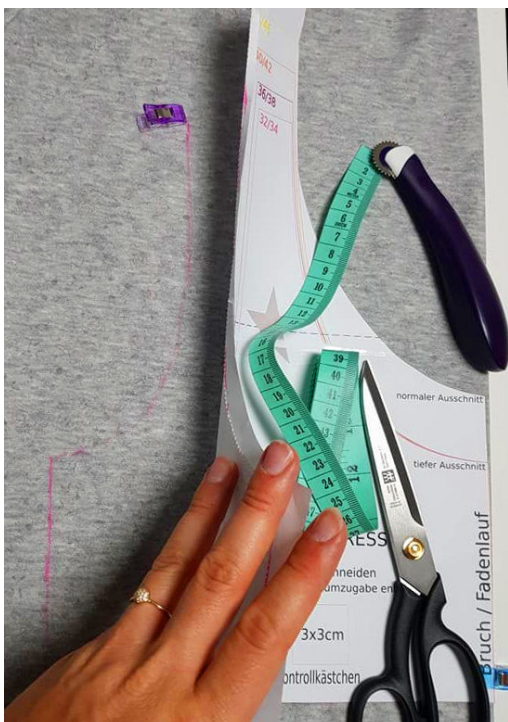


- 2) Übertrage die äußere Kante deines Schnittes inklusive der Armlochrundung mit Schneiderkreide auf den Stoff. BITTE NICHT SO ZUSCHNEIDEN!



- 3) Die äußere Seite des Trägers wird weiter mit Schneiderkreide auf den Stoff übertragen. Allerdings wird der Träger nun um die Zentimeter-Anzahl der Verlängerung nach unten, gekürzt. Bei mir sind es 4 cm.

Die Träger MUSST du kürzen, damit der Mittelstreifen hinten nicht zu sehr nach unten ragt und dort unansehnliche Falten wirft.



- 4) Hier sieht man, wie ich das Schnittmuster meiner Größe entsprechend übertragen habe.

Die Träger sind hier schon um 4cm gekürzt.



# Nähanleitung Sun-Milk-Dress:

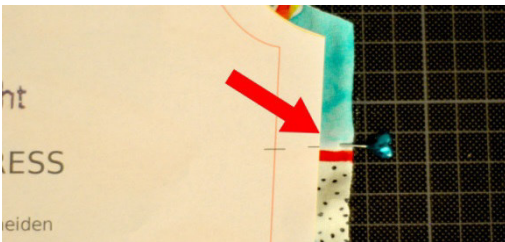


## 1) Schneide folgende Schnittteile zu:

- 1x gegengleich (in doppelter Stofflage) Oberteil vorne
- 1x im Bruch Oberteil hinten
- 1x im Bruch Mittelstreifen vorne (je nach Geschmack ohne NZG)
- 1x im Bruch Mittelstreifen hinten (je nach Geschmack ohne NZG)
- 1x im Bruch Rockteil vorne
- 1x im Bruch Rockteil hinten
- 2x im Bruch Saumstreifen (je nach Geschmack ohne NZG)
- Bündchen mit 4cm Höhe

**Denk an die Saumzugabe bei beiden Saumstreifen!**

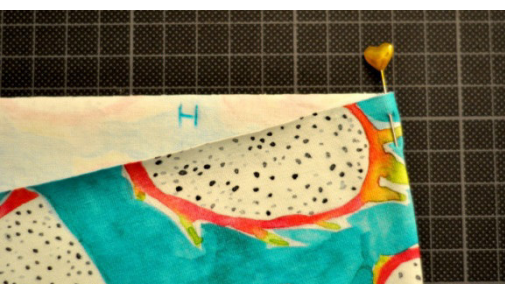
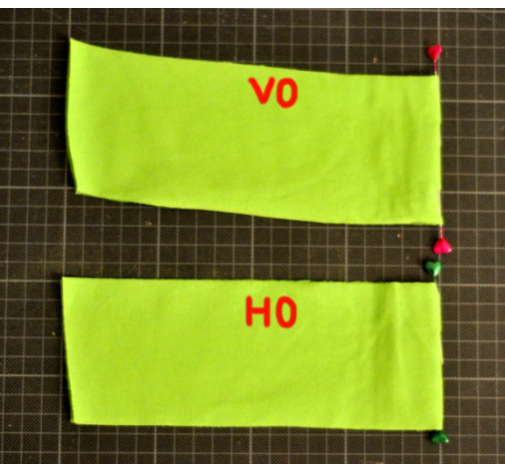
Der Schnitt enthält weder eine Nahtzugabe, noch eine Saumzugabe.



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

Besonders wichtig sind die Markierungen, wo später die Nähte der Ausschnitte der beiden Oberteile vorne zu liegen kommen sollen.

Beschrifte ALLE zugeschnittenen Teile. Besonders bei den Mittelstreifen ist es wichtig zu wissen wo oben und unten und hinten und vorn ist! Verkehrt herum angenäht führen sie zum falschen Ergebnis und zu einer schlechten Passform.



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.



- 3) Lege das „Oberteil hinten“ auf rechts vor dich. Die schöne Stoffseite schaut zu dir.

Lege den „Mittelstreifen hinten“ rechts auf rechts auf das „Oberteil hinten“.

Achte darauf, dass die Oberkante des Mittelstreifens auf die Unterkante des „Oberteiles hinten“ zu liegen kommt.

Stecke die Mitte-Markierungsnadeln aufeinander und fixiere den restlichen Mittelstreifen noch zusätzlich mit Klammern oder Nadeln.

Nähe den Mittelstreifen an das Oberteil.

So sieht das dann aus.



- 4) Lege das „Rockteil hinten“ auf links vor dich. Die schöne Stoffseite schaut zu dir.  
Lege darauf rechts auf rechts das soeben zusammengenähte Oberteil mit dem Mittelstreifen.

Stecke die Mitte-Markierungsnadel der unteren Kante des Mittelstreifens, exakt Stoffkanten an Stoffkante mit der Oberkante des Rockteiles hinten.

Fixiere die beiden Teile zusätzlich mit Klammern oder Nadeln.

Nähe das Oberteil mit dem Mittelstreifen an das Rockteil.

Super, weiter gehts! ♥







- 5) Lege den Saumstreifen wie am Foto rechts auf rechts auf das „Rockteil hinten“, das mit der schönen Stoffseite zu dir schaut.



- 6) Lege die Oberkante des Saumstreifens an die Unterkanten des Rockteiles. Das mag falsch ausschauen, aber genau so musst du den Saumstreifen an das Rockteil stecken. Das machst du mit den Mitte-Markierungsnadeln und mit zusätzlichen Klammern oder Nadeln.

Nähe den Saumstreifen an das Rockteil.



Spitze, den ersten Teil des Kleides hast du schon geschafft. 😊

Wenn du möchtest kannst du alle Teilungen zusätzlich absteppen.



- 7) Nimm jetzt die beiden „Oberteile vorne“ zur Hand und lege sie in den Bruch. Diese Brüche markierst du mit Nadeln.