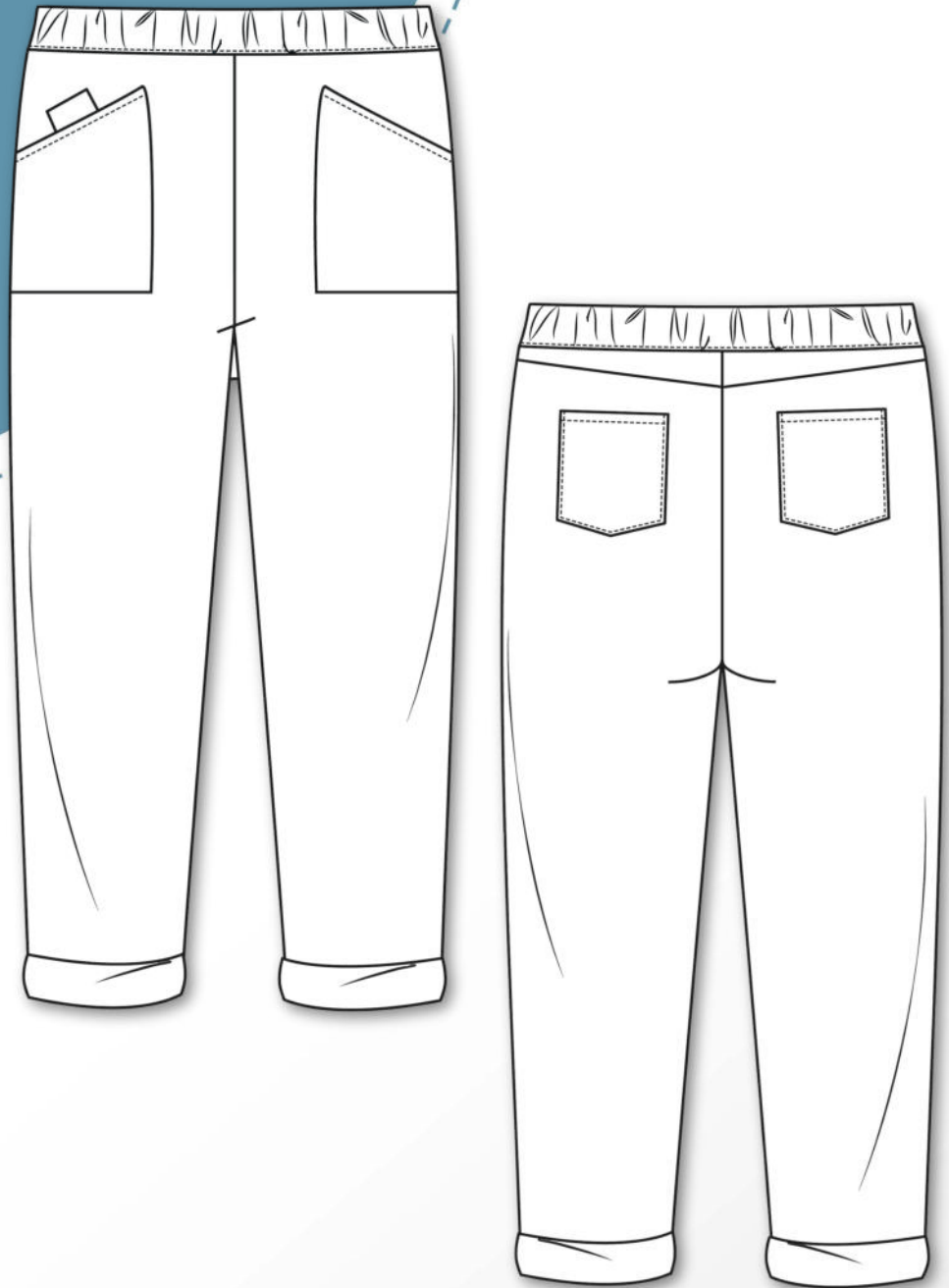


calma

34 - 56

erbsünde



schnittmuster



sewing pattern

calma

Inhaltsverzeichnis

Titel

Vorwort, Impressum

Materialblatt, Stoffmenge, Maßtabelle, wichtige Hinweise 1

Calma zuschneiden und nähen 2 - 10

Schritthöhe anpassen 11



Über calma

Calma ist eine lässige Sweathose in 7/8 Länge, das Schnittmuster umfasst die Größen 34 bis 56. Durch den höheren Bund und tieferen Schritt sitzt sie sehr bequem. Die Beine werden gesäumt, sie können jedoch auch verlängert und hochgekrempelt werden. Wie der Bund der Hose gekürzt wird, damit er etwas tiefer sitzt, ist in der Anleitung beschrieben.

Körpermaßtabelle

Die folgende Tabelle dient der Größenwahl.

Größe	34	36	38	40	42	44	46	48	50	52	54	56
Hüftumfang	bis 95cm	bis 99cm	bis 103cm	bis 107cm	bis 111cm	bis 114cm	bis 117cm	bis 120cm	bis 123cm	bis 126cm	bis 130cm	bis 134cm
Oberschenkel	bis 55cm	bis 58cm	bis 61cm	bis 63cm	bis 64cm	bis 66cm	bis 68cm	bis 70cm	bis 72cm	bis 74cm	bis 76cm	bis 78cm
Wade	bis 34cm	bis 35cm	bis 36cm	bis 38cm	bis 40cm	bis 42cm	bis 44cm	bis 46cm	bis 48cm	bis 50cm	bis 52cm	bis 54cm

Stoffempfehlung

Es eignen sich alle zumindest leicht dehnbaren Stoffe, wie Sweat, French Terry, Jersey, Jacquard Jersey etc.

Stoffmenge bei einer Stoffbreite von 1,45m

Größe	34	36	38	40	42	44	46	48	50	52	54	56
Stofflänge	1,3m	1,4m	1,4m	1,5m	1,5m	1,5m	1,6m	1,6m	1,7m	1,7m	1,8m	1,8m

Naht- und Saumzugaben

Das Schnittmuster enthält keine Naht- und Saumzugaben, diese müssen beim Zuschneiden individuell hinzugefügt werden.

Benötigtes Material

- Stoff (s.o.)
- Ggf. 3 cm breites Gummiband
- Klebeband zum Zusammenkleben des Schnittmusters
- Schere, Maßband, Stecknadeln oder Klammern
- Nähmaschine, Overlock/Coverlock (falls vorhanden), Bügeleisen

Wichtige Hinweise

- Vor dem Zuschneiden lies bitte zunächst die gesamte Anleitung!
- Zum korrekten Öffnen und Drucken des Schnittmusters verwende bitte den aktuellen Adobe Acrobat Reader.
- Bei der Druckeinstellung achte darauf, dass entweder 100% oder „ohne Seitenanpassung“ eingestellt ist.

Rechtliche Hinweise

Alle Rechte an diesem Schnittmuster liegen bei Ilka Matthiessen, erbsünde. Der Schnitt darf für private Zwecke genutzt werden. Bei einergewerblichen Nutzung des Schnittmusters dürfen ohne Lizenz maximal bis zu 20 fertige Kleidungsstücke insgesamt angefertigt und verkauft werden. Für die gewerbliche Anfertigung von mehr als 20 Kleidungsstücken muss zuvor eine Gewerbelizenz auf www.erbsuende.com erworben werden. Die Massenproduktion von nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücken ist untersagt. Die Weitergabe, der Weiterverkauf, Tausch, Kopie, Abdruck oder (teilweise) Veröffentlichung dieses Schnittmusters sind ausdrücklich untersagt – diese Verletzungen des Urheberrechts haben empfindlichen Geldstrafen zur Folge. Beim Verkauf der nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücke ist anzugeben: **Genäht nach einem Schnittmuster von erbsünde.**

**calma zuschneiden**

Vorder- und Rückteil der Hose werden jeweils in doppelter Stofflage (gegengleich) zugeschnitten.

Achte darauf, alle Markierungen aus dem Schnittmuster auf die Schnitteile zu übertragen.

Hinweis: Wenn du die Hose als lange Hose tragen oder die Hosensäume hochkrempeln möchtest, schneide die Beine unten ca. 10 cm länger zu.



Die vorderen und hinteren Taschen sowie die Passe werden jeweils in doppelter Stofflage (gegengleich) zugeschnitten.



Der Bund, der Zwickel und die Coinpocket (Münztasche) werden jeweils einmal in einfacher Stofflage zugeschnitten.

Achte darauf, alle Markierungen aus dem Schnittmuster auf die Schnitteile zu übertragen.

Rechtliche Hinweise

Alle Rechte an diesem Schnittmuster liegen bei Ilka Matthiessen, erbsünde. Der Schnitt darf für private Zwecke genutzt werden. Bei einergewerblichen Nutzung des Schnittmusters dürfen ohne Lizenz maximal bis zu 20 fertige Kleidungsstücke insgesamt angefertigt und verkauft werden. Für die gewerbliche Anfertigung von mehr als 20 Kleidungsstücken muss zuvor eine Gewerbelizenz auf www.erbsuende.com erworben werden. Die Massenproduktion von nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücken ist untersagt. Die Weitergabe, der Weiterverkauf, Tausch, Kopie, Abdruck oder (teilweise) Veröffentlichung dieses Schnittmusters sind ausdrücklich untersagt – diese Verletzungen des Urheberrechts haben empfindlichen Geldstrafen zur Folge. Beim Verkauf der nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücke ist anzugeben: **Genäht nach einem Schnittmuster von erbsünde.**



calma nähen

Wir beginnen mit den hinteren Hosentaschen.

Übertrage ihre Position aus dem Schnittmuster auf die beiden hinteren Hosenteile.

Am einfachsten ist es, wenn du die Tasche aus dem Schnitt ausschneidest, das Schnittteil dann auf den Stoff legst und entlang der ausgeschnittenen Öffnung die Position der Tasche aufzeichnest.



Nimm eine der hinteren Taschen zur Hand, klappe die Saumzugabe an der Oberkante der Tasche nach innen um und stecke sie fest.

Säume die Oberkante der Tasche.



Klappe jetzt die Nahtzugabe an den anderen Kanten der Tasche nach innen und stecke sie fest.

Rechtliche Hinweise

Alle Rechte an diesem Schnittmuster liegen bei Ilka Matthiessen, erbsünde. Der Schnitt darf für private Zwecke genutzt werden. Bei einergewerblichen Nutzung des Schnittmusters dürfen ohne Lizenz maximal bis zu 20 fertige Kleidungsstücke insgesamt angefertigt und verkauft werden. Für die gewerbliche Anfertigung von mehr als 20 Kleidungsstücken muss zuvor eine Gewerbelizenz auf www.erbsuende.com erworben werden. Die Massenproduktion von nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücken ist untersagt. Die Weitergabe, der Weiterverkauf, Tausch, Kopie, Abdruck oder (teilweise) Veröffentlichung dieses Schnittmusters sind ausdrücklich untersagt – diese Verletzungen des Urheberrechts haben empfindlichen Geldstrafen zur Folge. Beim Verkauf der nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücke ist anzugeben: **Genäht nach einem Schnittmuster von erbsünde.**



Stecke die Tasche auf die Markierung der Hinterhose und nähe sie knappkantig fest. Die obere Eingriffsöffnung bleibt natürlich offen.

Wiederhole das Ganze mit der zweiten Tasche.



Weiter geht es mit der Coinpocket. Die Position übernimmst du auch hier aus dem Schnittmuster. Am einfachsten ist es, wenn du die Coinpocket aus dem Schnitt ausschneidest, das Schnittteil dann auf den Stoff legst und so die Position der Tasche aufzeichnest.



Säume zunächst die Tasche, wie oben bei der hinteren Tasche beschrieben. Klappe die obere Saumzugabe nach innen um, stecke sie fest und steppe sie ab. Dann klappe wie die restlichen Nahtzugaben nach innen um und stecke die Coinpocket auf die markierte Position. Nähe sie knappkantig fest – die obere Eingriffsöffnung bleibt natürlich offen.

Rechtliche Hinweise

Alle Rechte an diesem Schnittmuster liegen bei Ilka Matthiessen, erbsünde. Der Schnitt darf für private Zwecke genutzt werden. Bei einer gewerblichen Nutzung des Schnittmusters dürfen ohne Lizenz maximal bis zu 20 fertige Kleidungsstücke insgesamt angefertigt und verkauft werden. Für die gewerbliche Anfertigung von mehr als 20 Kleidungsstücken muss zuvor eine Gewerbelizenz auf www.erbsuende.com erworben werden. Die Massenproduktion von nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücken ist untersagt. Die Weitergabe, der Weiterverkauf, Tausch, Kopie, Abdruck oder (teilweise) Veröffentlichung dieses Schnittmusters sind ausdrücklich untersagt – diese Verletzungen des Urheberrechts haben empfindlichen Geldstrafen zur Folge. Beim Verkauf der nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücke ist anzugeben: **Genäht nach einem Schnittmuster von erbsünde.**

Die vorderen Taschenbeutel werden ebenfalls an der Oberkante gesäumt.



Klappe auch hier die Nahtzugaben nach innen und stecke den Taschenbeutel auf die zuvor markierte Position. Die seitliche Naht wird später mit der Seitennaht der Hose geschlossen. Die anderen Kanten des Taschenbeutels näht du knappkantig fest.

Wiederhole das Ganze mit dem zweiten vorderen Taschenbeutel.



Lege nun die beiden Teile der Hinterhose rechts auf rechts aufeinander und stecke die Schrittnaht zusammen.

Schließe die Naht.

Rechtliche Hinweise

Alle Rechte an diesem Schnittmuster liegen bei Ilka Matthiessen, erbsünde. Der Schnitt darf für private Zwecke genutzt werden. Bei einergewerblichen Nutzung des Schnittmusters dürfen ohne Lizenz maximal bis zu 20 fertige Kleidungsstücke insgesamt angefertigt und verkauft werden. Für die gewerbliche Anfertigung von mehr als 20 Kleidungsstücken muss zuvor eine Gewerbelizenz auf www.erbsuende.com erworben werden. Die Massenproduktion von nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücken ist untersagt. Die Weitergabe, der Weiterverkauf, Tausch, Kopie, Abdruck oder (teilweise) Veröffentlichung dieses Schnittmusters sind ausdrücklich untersagt – diese Verletzungen des Urheberrechts haben empfindlichen Geldstrafen zur Folge. Beim Verkauf der nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücke ist anzugeben: **Genäht nach einem Schnittmuster von erbsünde.**

Lege die beiden Teile für die Passe rechts auf rechts aufeinander. Stecke die hintere Mitte zusammen und schließe die Naht.



Die Passe wird an die Oberkante der Hinterhose genäht.



Lege dazu die Passe rechts auf rechts auf die Hinterhose.

Die Nähte in der hinteren Mitte von Hose und Passe müssen genau aufeinandertreffen.

Stecke die Passe an die Oberkante der Hinterhose und schließe die Naht.



Rechtliche Hinweise

Alle Rechte an diesem Schnittmuster liegen bei Ilka Matthiessen, erbsünde. Der Schnitt darf für private Zwecke genutzt werden. Bei einergewerblichen Nutzung des Schnittmusters dürfen ohne Lizenz maximal bis zu 20 fertige Kleidungsstücke insgesamt angefertigt und verkauft werden. Für die gewerbliche Anfertigung von mehr als 20 Kleidungsstücken muss zuvor eine Gewerbelizenz auf www.erbsuende.com erworben werden. Die Massenproduktion von nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücken ist untersagt. Die Weitergabe, der Weiterverkauf, Tausch, Kopie, Abdruck oder (teilweise) Veröffentlichung dieses Schnittmusters sind ausdrücklich untersagt – diese Verletzungen des Urheberrechts haben empfindlichen Geldstrafen zur Folge. Beim Verkauf der nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücke ist anzugeben: **Genäht nach einem Schnittmuster von erbsünde.**



Jetzt wird der Zwickel angenäht.
Stecke dazu die hintere Mitte des Zwickels
genau auf die Schrittnaht der Hinterhose.



Stecke den Zwickel ausgehend von der
Mitte nach rechts und links an der
Innenbeinnaht fest.
Schließe die Naht.



Nimm nun die beiden vorderen Hosenteile
zur Hand und lege sie rechts auf rechts
aufeinander. Stecke die Schrittnaht
zusammen und schließe die Naht.

Rechtliche Hinweise

Alle Rechte an diesem Schnittmuster liegen bei Ilka Matthiessen, erbsünde. Der Schnitt darf für private Zwecke genutzt werden. Bei einergewerblichen Nutzung des Schnittmusters dürfen ohne Lizenz maximal bis zu 20 fertige Kleidungsstücke insgesamt angefertigt und verkauft werden. Für die gewerbliche Anfertigung von mehr als 20 Kleidungsstücken muss zuvor eine Gewerbelizenz auf www.erbsuende.com erworben werden. Die Massenproduktion von nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücken ist untersagt. Die Weitergabe, der Weiterverkauf, Tausch, Kopie, Abdruck oder (teilweise) Veröffentlichung dieses Schnittmusters sind ausdrücklich untersagt – diese Verletzungen des Urheberrechts haben empfindlichen Geldstrafen zur Folge. Beim Verkauf der nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücke ist anzugeben: **Genäht nach einem Schnittmuster von erbsünde.**



Jetzt legst du die Vorderhose rechts auf rechts auf die Hinterhose.
Stecke die vordere Mitte der Zwickels an die vordere Schrittnaht.



Stecke dann - ausgehend von der Mitte - die Innenbeinnähte komplett zusammen bis herunter zur jeweiligen Saumkante.

Schließe die Naht in einem durch.



Zum Schluss stecke erst die erste Seitennaht zusammen und schließe die Naht.

Wiederhole das Ganze dann mit der zweiten Seitennaht.

Wichtig: Achte darauf, die Kanten der vorderen Taschen mit zu erfassen und einzunähen.

Rechtliche Hinweise

Alle Rechte an diesem Schnittmuster liegen bei Ilka Matthiessen, erbsünde. Der Schnitt darf für private Zwecke genutzt werden. Bei einergewerblichen Nutzung des Schnittmusters dürfen ohne Lizenz maximal bis zu 20 fertige Kleidungsstücke insgesamt angefertigt und verkauft werden. Für die gewerbliche Anfertigung von mehr als 20 Kleidungsstücken muss zuvor eine Gewerbelizenz auf www.erbsuende.com erworben werden. Die Massenproduktion von nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücken ist untersagt. Die Weitergabe, der Weiterverkauf, Tausch, Kopie, Abdruck oder (teilweise) Veröffentlichung dieses Schnittmusters sind ausdrücklich untersagt – diese Verletzungen des Urheberrechts haben empfindlichen Geldstrafen zur Folge. Beim Verkauf der nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücke ist anzugeben: **Genäht nach einem Schnittmuster von erbsünde.**

Wende deine Hose – so sieht sie jetzt aus.
Wir kommen zum Bund.



Nimm dein Schnittteil für den Bauchbund zur Hand. Lege es der Breite nach rechts auf rechts zusammen.
Stecke die schmalen Enden zu einem Ring und schließe die Naht.



Falte das Bauchbündchen nun der Länge nach links auf links zusammen und markiere die Positionen der Seitennähte und der vorderen Mitte aus dem Schnittmuster.



Rechtliche Hinweise

Alle Rechte an diesem Schnittmuster liegen bei Ilka Matthiessen, erbsünde. Der Schnitt darf für private Zwecke genutzt werden. Bei einergewerblichen Nutzung des Schnittmusters dürfen ohne Lizenz maximal bis zu 20 fertige Kleidungsstücke insgesamt angefertigt und verkauft werden. Für die gewerbliche Anfertigung von mehr als 20 Kleidungsstücken muss zuvor eine Gewerbelizenz auf www.erbsuende.com erworben werden. Die Massenproduktion von nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücken ist untersagt. Die Weitergabe, der Weiterverkauf, Tausch, Kopie, Abdruck oder (teilweise) Veröffentlichung dieses Schnittmusters sind ausdrücklich untersagt – diese Verletzungen des Urheberrechts haben empfindlichen Geldstrafen zur Folge. Beim Verkauf der nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücke ist anzugeben: **Genäht nach einem Schnittmuster von erbsünde.**

Stecke den Bauchbund entlang der Oberkante der Hose fest. Achte drauf, dass alle Markierungen genau auf einander treffen.



Schließe die Naht - lass dabei hinten eine ca. 3 cm große Öffnung (hier mit roten Klammern markiert), durch die nachher ein Gummiband eingezogen werden kann.

Miss die gewünschte Länge des Gummibandes ab und ziehe es mit Hilfe einer Sicherheitsnadel durch die Öffnung in den Bund.
Schließe das Gummiband dann zu einem Ring und schließe die Bundöffnung.

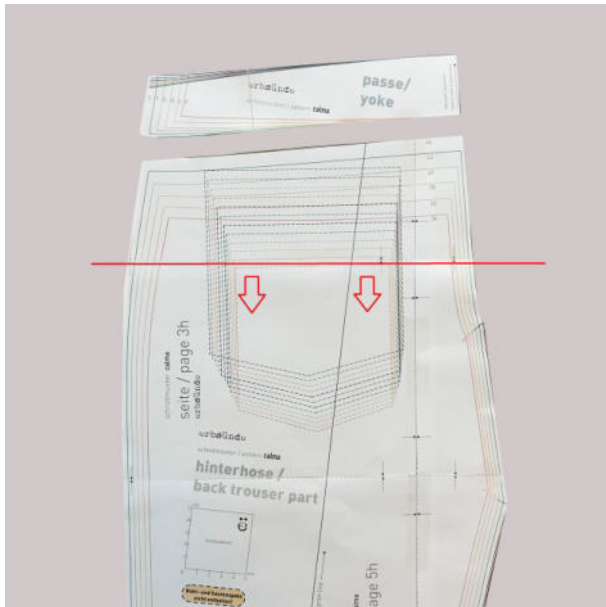


Die Hosenbeine kannst du säumen oder einfach umkrempeln.
Fertig ist deine Sweathose Calma.



Rechtliche Hinweise

Alle Rechte an diesem Schnittmuster liegen bei Ilka Matthiessen, erbsünde. Der Schnitt darf für private Zwecke genutzt werden. Bei einer gewerblichen Nutzung des Schnittmusters dürfen ohne Lizenz maximal bis zu 20 fertige Kleidungsstücke insgesamt angefertigt und verkauft werden. Für die gewerbliche Anfertigung von mehr als 20 Kleidungsstücken muss zuvor eine Gewerbelizenz auf www.erbsuende.com erworben werden. Die Massenproduktion von nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücken ist untersagt. Die Weitergabe, der Weiterverkauf, Tausch, Kopie, Abdruck oder (teilweise) Veröffentlichung dieses Schnittmusters sind ausdrücklich untersagt – diese Verletzungen des Urheberrechts haben empfindlichen Geldstrafen zur Folge. Beim Verkauf der nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücke ist anzugeben: **Genäht nach einem Schnittmuster von erbsünde.**

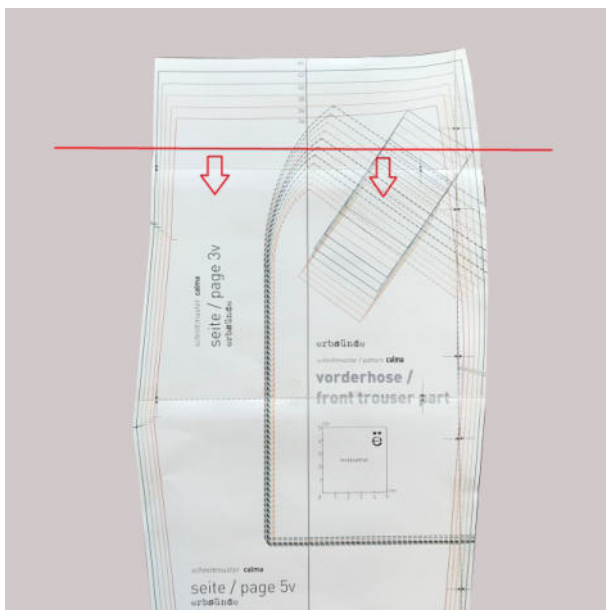


Leibhöhe anpassen

Teile das Schnittteil der Hinterhose im oberen Bereich des Schnittmusters (ca. auf Höhe des oberen Drittels der hinteren Tasche).

Schiebe dann den abgetrennten Teil um das gewünschte Maß über das untere Teil. Wenn du um 2 cm kürzen willst, schiebe das obere Teil 2 cm über das untere. Klebe beide Teile wieder zusammen und passe die seitlichen Kanten des Schnittteils an.

Die Passe (oben im Bild) bleibt unverändert.



Teile dann ebenfalls das Schnittteil der Vorderhose.

Schiebe auch hier wieder den oberen Teil um das gewünschte Maß über das untere Teil. Möchtest du um 2 cm kürzen, schiebe das obere Teil 2 cm über das untere. Klebe beide Teile wieder zusammen und passe die seitlichen Kanten des Schnittteils an.

Die Position der Taschen verändert sich dadurch, du musst sie - von der neuen Oberkante aus - neu markieren.

Rechtliche Hinweise

Alle Rechte an diesem Schnittmuster liegen bei Ilka Matthiessen, erbsünde. Der Schnitt darf für private Zwecke genutzt werden. Bei einer gewerblichen Nutzung des Schnittmusters dürfen ohne Lizenz maximal bis zu 20 fertige Kleidungsstücke insgesamt angefertigt und verkauft werden. Für die gewerbliche Anfertigung von mehr als 20 Kleidungsstücken muss zuvor eine Gewerbelizenz auf www.erbsuende.com erworben werden. Die Massenproduktion von nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücken ist untersagt. Die Weitergabe, der Weiterverkauf, Tausch, Kopie, Abdruck oder (teilweise) Veröffentlichung dieses Schnittmusters sind ausdrücklich untersagt – diese Verletzungen des Urheberrechts haben empfindlichen Geldstrafen zur Folge. Beim Verkauf der nach diesem Schnittmuster gefertigten Kleidungsstücke ist anzugeben: **Genäht nach einem Schnittmuster von erbsünde.**