

b.e.geistert



Freebook

Tanga
Hipster
Panty

Höschen-Set ALICE

Größe

XS
bis
XXL



Hallo liebe/r Näher/in.

schön, dass du dich für das Höschen-Set ALICE entschieden hast.

Ich hoffe, dass ich dir damit eine Freude gemacht habe.

Ich wünsche dir jetzt schon mal ganz viel Spaß beim Nähen und viel Freude mit den verschiedenen Höschen.

Vorweg bedarf es noch einiger Worte.

WICHTIG: Lies die Anleitung, besonders die folgenden Zeilen, zuvor einmal komplett durch!

Höschen-Set ALICE beinhaltet:

- Panty, mit Bein, mit einem schmalen und einem breiten Zwickel, für schlanke und kräftige Beine
- Hipster (Mix aus Unterhose und Panty)
- Tanga, sitzt knackig, hinten tiefer ausgeschnitten um ein Rausblitzen bei Hülthosen zu vermeiden

Verfügbare Größen:

XS - 32/34
S - 36/38
M - 40/42
L - 44/46
XL - 48/50
XXL - 52/54

Wir Frauen sind sehr unterschiedlich, Hüftbreite, Poform, Oberschenkel, usw...

Schwankst du zwischen zwei Größen, z.B. zwischen 38 und 40, dann wähle die Größe M (40/42) und lasse (NUR!!!) an den Seiten die Nahtzugabe weg.

Bei der Panty ist zusätzlich noch ein schmaler Zwickel, der bei sehr schmalen Oberschenkeln genutzt werden sollte.

Die Panty und die Hipster sitzen bequem.

Der Tanga hingegen sehr knackig.

Genäht werden alle Höschen aus dehnbaren Stoffen. Sehr körpernahe Kleidungsstücke sollten aus Baumwolljersey genäht werden (Empfehlung)!

Weitere Materialien:

- Wäschegummi
- Falzgummi
- Rüschengummi
- Bündchen/Jerseystreifen für Streifenversäuberung oder Bauchbündchen
- elastisches Schrägband
- Breitgummi

Der Stoff- und Materialverbrauch ist ohne Gewähr!

Er basiert auf den Angaben meiner Probenäherinnen.

Wir haben die Maße mit dem höchsten Verbrauch inkl. Nahtzugabe zusammengetragen.

Die Angaben für die Gummimaße sind lediglich Richtwerte, auch hier ist jede Frau sehr unterschiedlich. Dazu kommt, dass die Materialien sich auch sehr unterscheiden in ihrer Dehnbarkeit.

Größe Verbrauch in cm Höhe x Breite

PANTY (mit doppeltem Zwickel inkl. Nahtzugabe)

XS	-	XXL
30x90 cm	-	35x120 cm

HIPSTER (inkl. Nahtzugabe)

XS	-	XXL
25x90 cm	-	28x120 cm

TANGA (inkl. Nahtzugabe)

XS	-	XXL
20x80 cm	-	25x100 cm

FALZ/WÄSCHE/RÜSCHEN/BREITGUMMI für den Bauchbund

je nach Größe und Tragegefühl

XS	-	XXL
70 cm	-	110 cm

(hier ist das Einfassen der Beinausschnitte nicht mitberechnet)

Weitere Materialien und Zubehör:

- Schere/Rollschneider
- Stecknadeln/Wonderclips
- Maßband/Schneiderlinial
- Markierstift
- Garn und Nähmaschine natürlich
- Computer und Drucker

Im Probenähen haben auch Anfänger mitgenäht, also haben wir das Höschen-Set als anfängertauglich eingestuft.

In der Anleitung können Abkürzungen auftauchen, wie z.B.:

NZ = Nahtzugabe

SB = Stoffbruch

FL = Fadenlauf

Ovi = Overlockmaschine

Näma = Nähmaschine

Hast du zu irgendetwas eine Frage, eine Anregung o.ä., wende dich gerne per Email oder über

meine Facebookseite an mich (die Emailadresse findest du im Anschluss und unter „Rechtliches“). Ich helfe so schnell ich kann!

Bilder von fertigen Werken freuen mich sehr. Hast du Lust sie mir zukommen zu lassen? Schreibe bitte hinzu, ob sie online gezeigt werden dürfen.

Facebook: <https://www.facebook.com/begeistert.de>

Em@il: b.e.geistert@freenet.de

Jetzt kann es losgehen!

Ich wünsche dir nochmals viel Spaß und viele zuckersüße oder heiße Unikate!

Deine Alice

Rechtliches:

Urheberin des Ebooks „Hörschen-Set ALICE“ ist Elena Geistert, Holzvogtkamp 72, 24220 Flintbek. Em@il: b.e.geistert@freenet.de

Die Weitergabe oder die Vervielfältigung ist untersagt. Zuwiderhandlungen werden strafrechtlich verfolgt.

Das Ebook ist lediglich für den privaten Gebrauch.

Du möchtest es gewerblich nutzen? Dann wende dich bitte zwecks einer Lizenz an mich.

b.e.geisterd

F*R*E*E*B*O*O*K

Höschen-Set ALICE

Hallo,
wir wollen so schnell wie möglich loslegen, gelle?

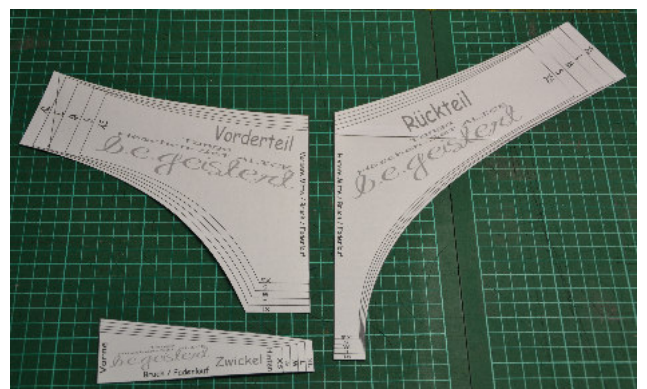
Schnittteile ausdrucken und an den jeweiligen Linien zusammen kleben, entsprechende Größe ausschneiden.

Bei der Panty und dem Hipster hast du 2 Schnitte in einem. Trenne das Schnittteil an der Hipsterlinie ab, behalte es, so kannst du es immer wieder anlegen, wenn du es brauchst.

Die Panty hat 2 verschiedene Zwickel, einen schmalen und einen breiten Zwickel, für schmale und breite Oberschenkel.

Die Hipster hat einen eigenen Zwickel.

Beim Tanga gibt es auch nur einen Zwickel.



Der Schnitt enthält KEINE Nahtzugabe!

Gib diese überall hinzu!

Vor dem Zuschnitt solltest du dich entscheiden, welchen Abschluss du am Bauchbund haben möchtest.

Entscheidest du dich für Breitgummi, brauchst du am Bauchbund KEINE Nahtzugabe hinzuge-

ben.

Fasst du die Beine mit Wäsche- oder Falzgummi ein, benötigst du dort auch kein Nahtzugabe. Nähst du das Gummi auf und klappst es um, musst du Nahtzugabe hinzugeben. Wenn du im Bauchbund Gummi einziehen möchtest, benötigst du 2 bis 3 cm Nahtzugabe oben für den Tunnel. Bedenke auch, wenn du das Bein doppelt einschlagen möchtest zum Säumen, dass du bis zu 2 cm Nahtzugabe benötigst.

Die Art und Weise die Höschen zu nähen ist immer die gleiche. Die einzelnen Teile sehen nur anders aus.

Wir gehen wie folgt vor:

- erst kommt die Nähanleitung für die Panty mit doppeltem Zwickel zusammen mit dem Hipster mit einfachem Zwickel
- dann der Tanga mit einfachem und doppeltem Zwickel
- diese Höschen machen wir so weit fertig bis auf Bein- und Bauchbundsabschluss
- dann zeige ich verschiedene Abschlüsse am Bauchbund
- und zuletzt die Abschlüsse am Bein

Ich kann für Unterhosen nur empfehlen, einen Jersey zu wählen, der einen Baumwollanteil hat. Reine Synthetikjerseys empfehle ich nicht. Du kannst die Höschen natürlich auch aus dehnbarer Spitze nähen, da empfehle ich dir auf jeden Fall den doppelten Zwickel zu wählen und den innenliegenden Zwickel aus Baumwollstoff zuzuschneiden.

Nun geht's los....

(links Panty mit doppeltem Zwickel und rechts Hipster mit einfachem Zwickel)



Schneide für die Panty mit dem doppelten Zwickel folgende Teile, jeweils im Bruch, zu:

- 1 x Rückteil
- 1 x Vorderteile
- 2 x Zwickel (entweder in schmal ODER in breit)



Schneide für die Hipster mit dem einfachen Zwickel folgende Teile, jeweils im Bruch, zu:

- 1 x Rückteil
- 1 x Vorderteil
- 1 x Zwickel „Hipster“



Markiere an beiden Zwickeln und am Vorder- und Rückteil (im Schritt) die Mitte.



Markiere dir am Zwickel die Mitte (Bruch - hier zusammen gefaltet, um die Mitte zu ermitteln) und die Mitte im Schritt beim Vorder- und Rückteil.



Lege dir nun beide Zwickelteil und das Vorder- ODER Rückteil (mit welchem du beginnst, ist ganz gleich) wie folgt zurecht:

- Zwickel 1 mit der schönen Stoffseite nach oben
- darauf Vorder- oder Rückteil mit der schönen Stoffseite nach oben
- Zwickel 2 mit der schönen Stoffseite nach unten



Lege das Zwickelteil nun rechts auf rechts (schöne auf schöne Stoffseite) auf dein Vorder- oder Rückteil und stecke es an den Markierungen fest.



Stecke die 3 Teile an den Markierungen zusammen.



Stecke nun den Rest gleichmäßig verteilt fest.



Stecke nun den Rest gleichmäßig verteilt fest.
Achte darauf, dass du alle 3 Teile erfasst.



Nähe die beiden Teile zusammen.



Nähe die 3 Teile nun zusammen, achte darauf, dass du alle 3 Teile erfasst.



Nehme dir nun das zweite Teil (Vorder- oder Rückteil) und lege dein zusammengenähtes Werk rechts auf rechts (schöne auf schöne Stoffseite) darauf, so dass sich die Markierungen im Schritt und am Zwickel treffen. Stecke es an der Markierung zusammen.



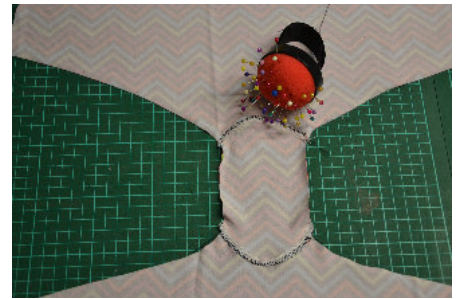
Lege dir die zusammengenähten Teile wie auf dem Bild hin und rolle das Hosenteil auf. Das andere Hosenteil, mit der schönen Stoffseite nach oben, davor legen, mit dem Schritt zu dir!



Mache es wie eben, stecke alles gleichmäßig verteilt fest und nähe es fest.



Rolle das einzelne Hosenteil auch auf und lege es zwischen die beiden Zwickel.
Stecke die 3 Teile nun an den Markierungen zusammen.

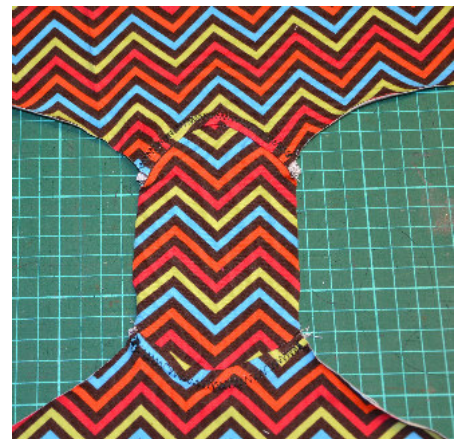


OPTIONAL

Du kannst die Nahtzugabe jetzt noch feststeppen..
In der Praxis wurde es von Probenäherinnen getestet, wenn du es nicht machst, stört es beim Tragen nicht.



Stecke den Rest gleichmäßig verteilt fest.



Anschauungsbild außen von der festgesteppten Nahtzugabe.



Nähe die 3 Teile zusammen und achte darauf, das du alle mit erfasst.
Danach wendest du es durch eine der Zwickelseiten heraus.



Lege die Hosenteile rechts auf rechts (schöne auf schöne Stoffseite) bündig an den Seitennähten aufeinander und stecke sie fest.



Lege die Hosenteile rechts auf rechts (schöne auf schöne Stoffseite) bündig an den Seitennähten aufeinander und stecke sie fest.

Schließe beide Seitennähte.

Wende dein „Höschen“.

Schließe beide Seitennähte und wende dein „Höschen“.

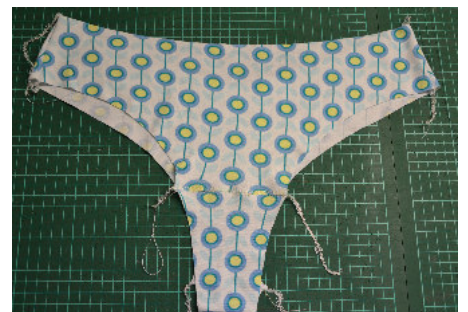
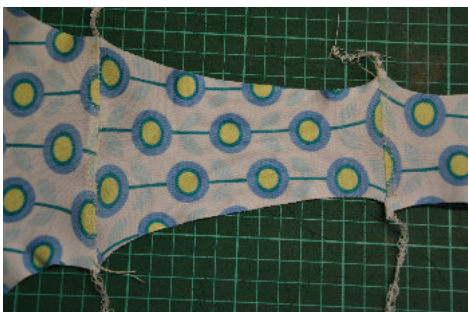


Panty und Hipster sind nun schon sehr gut zu erkennen.

Ich zeige dir in einer Bilderreihe (ohne lange Beschreibungen) jetzt noch die einzelnen Nähsschritte vom Tanga mit einfachen und doppelten Zwickel. Die Art und Weise den Tanga zu nähen ist genau die selbe, die Teile sehen nur etwas anders aus (Zwickel und Schritt ohne Rundung).

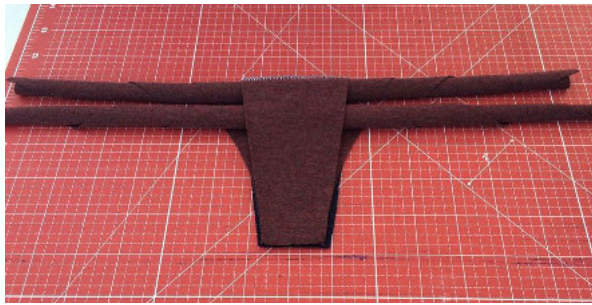
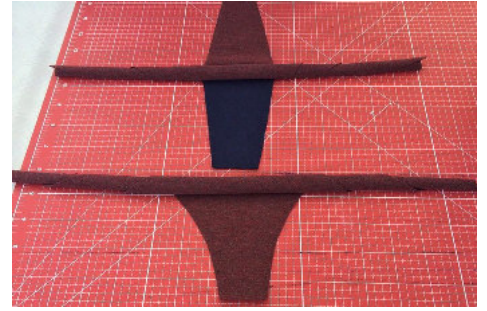
Tanga EINFACHER Zwickel

Je 1 x Vorderteil, Rückteil und Zwickel zuschneiden.



Tanga mit DOPPELTEM Zwickel

Je 1 x Vorder- und Rückteil und 2 x Zwickel zuschneiden.



Nun kommen wir zu den Möglichkeiten für den Bauchbund. (Hier sind nur die gängigsten genannt.)

Breitgummi



Messe dir das Breitgummi ab (im Durchschnitt haben die Mädels 2 bis 5 cm weniger wie der Umfang der Hose genommen) und schließe es zu einem Ring.

Gleichmäßig verteilt am Rand bündig feststecken.

Festnähen, dabei nur das Gummi dehnen, nicht den Stoff.

Umklappen - FERTIG!

Wäsche/Rüschengummi (angenäht und umgeklappt)





Messe dir das Rüschengummi ab (im Durchschnitt haben die Mädels 2 bis 5 cm weniger wie der Umfang der Hose genommen) und schließe es zu einem Ring.

Gleichmäßig verteilt am Rand bündig feststecken.

Festnähen, dabei nur das Gummi dehnen, nicht den Stoff.

Umklappen, die Nahtzugabe feststeppen - FERTIG!

Muschelkanten/Falzgummi



Muschelkanten- bzw. Falzgummi ist ein bestimmtes Gummi mit einer „Falz“, diese wird über den Rand des Bundes gelegt und in leicht gedehntem Zustand mit einem elastischen Stich festgenäht.

Tunnelzug/Gummi einziehen



Bei der Variante musst du oben entsprechend Nahtzugabe hinzufügen, wie zu Anfang erwähnt.

Hier hast du 2 Möglichkeiten. Entweder klappst du die Nahtzugabe nach innen und nähst einen Tunnel, lässt 1 cm offen und ziehst dann ein Gummi ein...

...oder....

Gummiband abmessen, zu einem Ring schließen.

Gummiband auflegen und den Stoff nach innen, einen halben cm, über das Gummi klappen und feststecken.

Mit einem elastischen Stich rundherum den Stoff (NUR den Stoff, achte gut darauf, dass du das Gummi nicht mit festnähst) festnähen.

FERTIG!

Jetzt zeige ich dir anhand von Bildern, welche Möglichkeiten wir beim Probenähen für die Beinabschlüsse angewendet haben.

Einfaches Versäubern mit der Overlock



Wenn du im Besitz einer Overlockmaschine bist, kannst du (ganz besonders beim Tanga) die Beine einfach mit der Ovi versäubern und FERTIG!

Tipp: Wähle eine Garnfarbe im Kontrast zum Stoff, das setzt ein kleines „Highlight“!

Säumen



Säumen kennt, denke ich mal, jeder.

Wie zu Anfang erwähnt, benötigst du entsprechend viel Nahtzugabe (0,5 bis 1 cm NZ = ein mal einschlagen und 1,5 bis 2 cm = zwei mal einschlagen)!

Schlage den Beinsaum gleichmäßig weit nach innen und stecke ihn fest.

Steppe den Saum am Rand der NZ mit einem dehnbaren Stich fest.

Bei der Panty ist das der Abschluss, den ich am ehesten empfehle!



FERTIG!

Einfassen mit Wäschegummi, Rüschengummi, Muschelkanten- oder Falzgummi



Gummi abmessen und zu einem Ring schließen.
Gleichmäßig verteilt feststecken.
Aufnähen (nur das Gummi dehnen, nicht den Stoff).

FERTIG!!!

Und jetzt gibt es noch einen kleinen lustigen aber feinen Upcycling-Tipp!

VORHER:



NACHHER:



Viel Spaß beim Höschen nähen!

Die weltbesten Probennäherinnen!

Isabelle Leege

<https://www.facebook.com/IsewBELLE/>

Bea Maria Schlumpfig

[Quietscheentchen](#)

Peggy Ast

<https://www.facebook.com/FeliNja.de/>

Nicole Lehmann

<http://nikarockt.blogspot.de/>

Christin Lalu

<https://www.facebook.com/LorettasNadelwerk/>

Sabine Mayerhofer

www.facebook.com/salelumama

Trine Söhren

Janine Kebschull

<https://www.facebook.com/Verruecktbuntkeby/>

Yvonne Döbel

[Maleya - maxleonieyvonneandré](#)

Tanja Winkler

www.facebook.com/Tanjanaehtja

Marei Krenzer

Nina Müller

Melanie Mue

Ines Lischka

<https://m.facebook.com/Kidswear-by-Ines-297999190353199/...>

Rebecca Komorek

<https://www.facebook.com/Hobbynähen-by-Rebecca-K.../...>

Monika Swoboda Bach

<https://www.facebook.com/Monis.Naehecke/>

Kerstin Simon

<https://www.facebook.com/Naehpueppi/>

Denise Niemann

<https://m.facebook.com/niemanndenise/>

Hedwig Adlaßnig

<https://www.facebook.com/hedimade>

Maren Streckies

<https://www.facebook.com/NichtvonderStange-1387986544863145/?fref=ts>

Karen Riese

<https://www.facebook.com/Oldbutnew-1001453706564683/>

Natalie Strempel

Carina Schmidt

www.facebook.com/caninispassion

Melanie Kleider

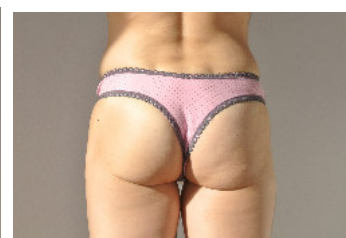
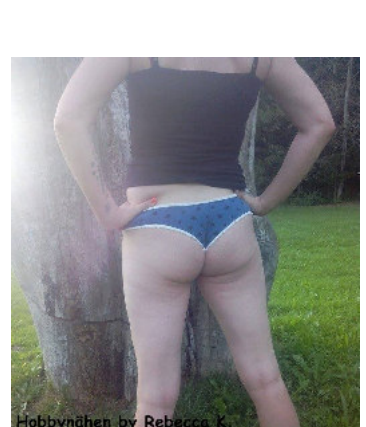
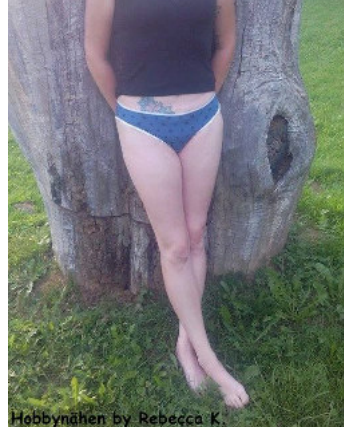
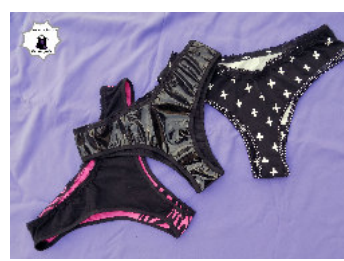
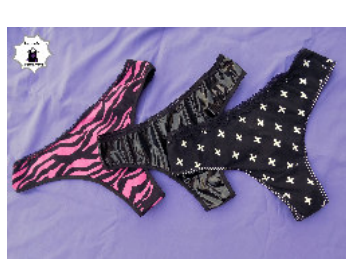
<https://www.facebook.com/KleidersKleider2014/?fref=ts>

Sonia Kleinen

<https://www.facebook.com/soniasnaehzauber/?fref=ts>

IHR SEID DIE ALLERBESTEN!

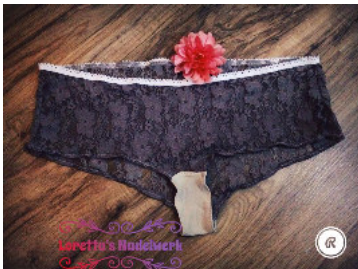
Designbeispiele TANGA



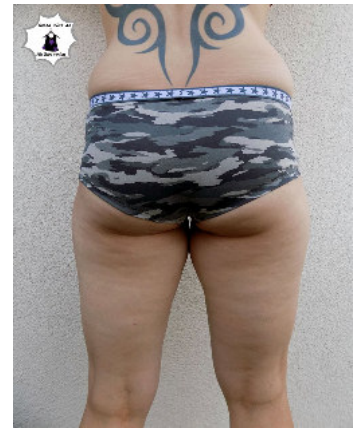
...weiter geht's auf der nächsten Seite...



Designbeispiele HIPSTER



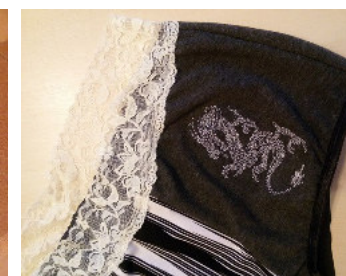
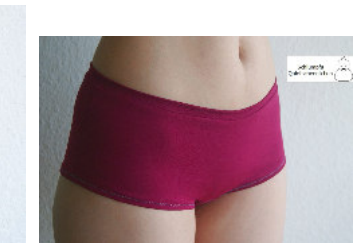
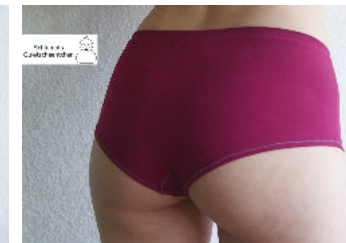
...weiter geht's auf der nächsten Seite...



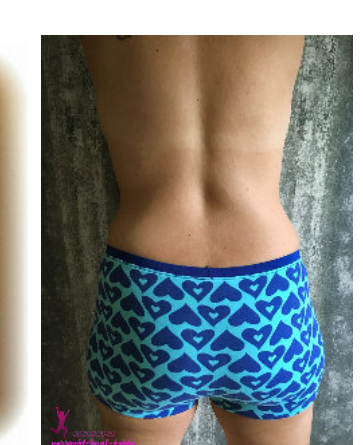
...weiter geht's auf der nächsten Seite...



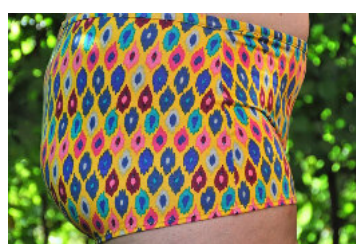
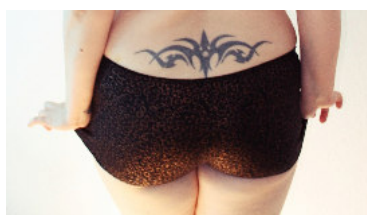
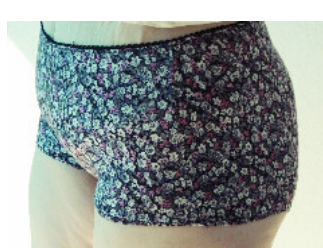
....ein paar gibt es noch...



Designbeispiele PANTY



...und noch mehr Pantys auf der nächsten Seite...



...ein paar Pantys haben wir noch....



Ich danke von Herzen meinen Probenäherinnen!!! Was ihr geleistet habt in der Probenähzeit war der absolute Oberhammer. Diese Truppe, was bisher die (sorry für die Wortwahl) OBERGEILSTE! Wir hatten so viel Spaß, das kann sich niemand vorstellen!

DANKE DANKE DANKE