

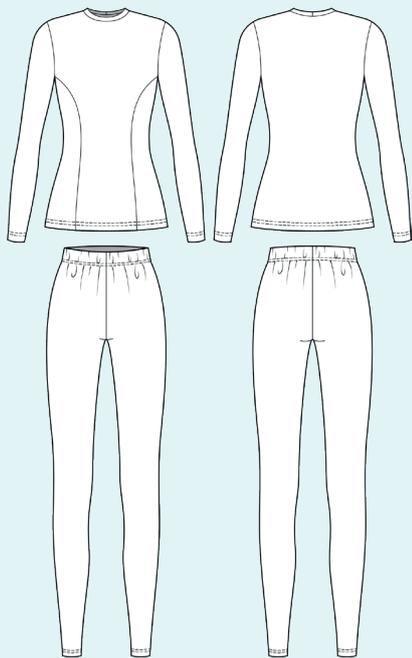
ELINA PATYKOVA

ПРО ШИТЬЕ

Инструкция
по пошиву

Костюм Термо

#термобелье_женщины



Уровень сложности



Для пошива нам понадобятся:



- термобифлекс,
- резинка шириной 30 мм,
- нитки в цвет ткани,
- иглы Super Stretch 70-80.

Если вы не уверены в посадке изделия, рекомендуется сначала отшить макет из недорогой ткани с похожими свойствами (эластичность, толщина, драпируемость). Это позволит скорректировать длину, ширину, посадку изделия и сэкономить время.

Расход ткани указан в аннотации к выкройке в соответствии с вашим размером. Необходимая длина резинки указана на поясе выкройки. Обратите внимание, что если ширина ткани отличается от указанной в таблице, то длина отреза будет другой. Отрез ткани обязательно продекатировать: постирать при температуре 40 градусов, затем отутюжить.

Приступаем к раскрою. Распечатываем и склеиваем детали выкройки. При печати не забываем проверить размер тестового квадрата.

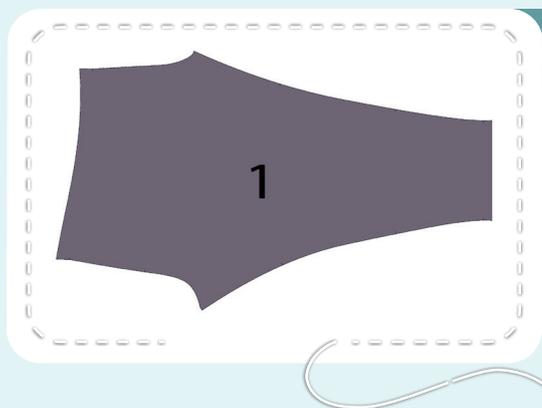
Раскладываем все детали на ткани, соблюдая направления долевых. Прикалываем их к ткани и аккуратно вырезаем по контуру. Не забываем, что припуски на выкройке уже учтены. Переносим все метки с выкройки на изнаночную сторону деталей.

**В результате у нас
должны получиться**



ДЕТАЛИ ЛОНГСЛИВА ИЗ ТЕРМОБИФЛЕКСА:

- 1.** перед – 1 деталь со сгибом
- 2.** бочок переда – 2 детали
- 3.** спинка – 1 деталь со сгибом
- 4.** рукав – 2 детали
- 5.** обтачка горловины – 1 деталь со сгибом



**А ТАКЖЕ 2 ДЕТАЛИ ШТАНИН
ИЗ ТЕРМОБИФЛЕКСА**

**Теперь можно
приступить к пошиву**

Условные обозначения:



прямая строчка



длина стежка
в миллиметрах (мм)



плоский шов



строчка зигзаг



ширина стежка
в миллиметрах (мм)



трехступенчатый
зигзаг



однорожковая лапка
для притачивания
молнии



универсальная
лапка



лапка для притачива-
ния потайной молнии



закрепка
необходимо выполнить закрепку строчки и обрезать
концы нитей, для оверлочного и распошивального шва —
связать концы нитей и спрятать их в шов



**3-ниточная
оверлочная строчка**



**4-ниточная
оверлочная строчка**

ПРИМЕЧАНИЕ

А

4-ниточная оверлочная строчка

Если у вас нет оверлока, то заменяем эластичными швами, которые имеются на вашей швейной машине, либо зигзагом.

Б

3-ниточная оверлочная строчка

Если у вас нет оверлока, то заменяем псевдо-оверлочным швом, если такой имеется на вашей швейной машине, либо зигзагом.

В

плоский шов

Если у вас нет распошивальной машины, то можно выполнить: а) двойной иглой на швейной машине, б) декоративным эластичным швом на швейной машине; в) обметать срез оверлочным швом и отстрочить прямой строчкой.

ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ

- ▶ [как купить выкройку](#)
- ▶ [как распечатать выкройку](#)
- ▶ [как собрать выкройку](#)
- ▶ [как склеить выкройку](#)

Пошив лонгслива:



1



4



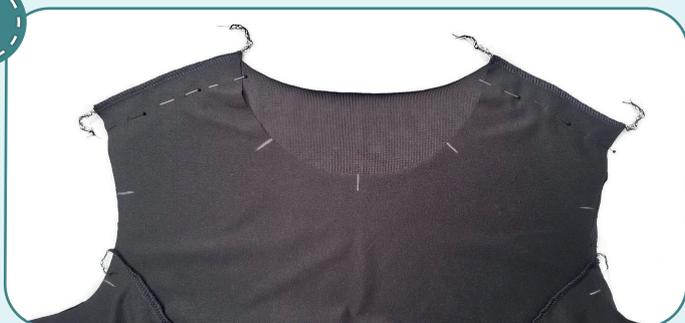
2,5-3,5



7

Скальваем перед и бочок переда вдоль рельефа лицом к лицу, совмещая метки. Стачиваем детали на оверлоке. Припуски шва заутюживаем на деталь переда. Аналогично притачиваем второй бочок.

2



4



2,5-3,5



7

Скальваем булавками перед и спинку по плечевым срезам лицевыми сторонами друг к другу. Стачиваем их на оверлоке. Припуски швов заутюживаем на перед.

3



4



2,5-3,5



7

Вкальваем рукав в пройму лицом друг к другу, совмещая все метки. Втачиваем его на оверлоке. Припуски шва заутюживаем на полочку и спинку. То же самое повторяем со вторым рукавом.

4



4



2,5-3,5



7

Скальваем спинку с передом и рукав вдоль бокового шва лицевыми сторонами внутрь. Стачиваем детали на оверлоке. Припуски шва втачивания рукава раскладываем в разные стороны, чтобы избежать излишнего утолщения. Припуски шва заутюживаем на перед. Таким же образом стачиваем второй боковой шов.



5



4

2,5-3,5

7

Стачиваем деталь обтачки горловины в кольцо на оверлоке, предварительно сколов боковой срез булавками.

6



Заутюживаем концы припусков в разные стороны, чтобы избежать излишнего утолщения при притачивании обтачки.

7



Заутюживаем обтачку, согнув ее пополам изнаночной стороной внутрь. Одновременно формируем с помощью утюга горловину, немного растягивая свободные срезы и сутюживая сгиб. Для удобства, можно заранее сколоть обтачку булавками в местах меток.

8



Прикалываем обтачку к лицевой стороне горловины лонгслива булавками. Совмещаем шов обтачки с центром спинки, центр обтачки – с центром переда, остальные метки – с метками на горловине переда и плечевыми швами.

9



4

2,5-3,5

7

Притачиваем обтачку на оверлоке. При этом, равномерно натягиваем обтачку горловины и следим, чтобы сама горловина не растягивалась. Шов заутюживаем книзу.





10



Отстрачиваем горловину на расстоянии 1 мм от шва притачивания обтачки по переду и спинке узким 3-хниточным швом на распошивальной машине. Концы ниток завязываем на изнаночной стороне и прячем в шов. Утюжим горловину.

11



Подгибаем низ лонгслива и рукавов на изнаночную сторону на 20 мм и заутюживаем его. Можно заметать край изделия. Подшиваем края на распошивальной машине. Концы ниток завязываем на изнаночной стороне и прячем в шов. Снова утюжим.

12



Убираем оставшуюся наметку, срезаем и прячем концы ниток, еще раз все утюжим. Лонгслив готов!



Пошив леггинсов:



1



4

2,5-3,5

7

Складываем штанины лицевыми сторонами внутрь. Скалываем вдоль переднего и заднего средних швов. Стачиваем их на оверлоке. Передний средний шов заутюживаем на правую сторону, а задний средний шов – на левую.

2



4

2,5-3,5

7

Скалываем штанины по шаговым швам лицевой стороной внутрь, совмещая средние швы и метки. Стачиваем на оверлоке. Припуски заутюживаем к переду.

3



↻

1,5

3

Отмеряем резинку шириной 30 мм и длиной, указанной на выкройке леггинсов. Стачиваем резинку в кольцо прямой строчкой или зигзагом.

4



4

2,5-3,5

7

Делим резинку на 4 части. Также делим на 4 равные части пояс леггинсов. Совмещаем эти метки и прикалываем резинку к изнаночной стороне леггинсов. Чтобы избежать лишних утолщений, не совмещайте швы стачивания резинки и пояса. Притачиваем резинку на оверлоке, равномерно ее натягивая.





5



Подворачиваем пояс внутрь на ширину резинки и притачиваем на распошивальной машине на расстоянии 30 мм от края, равномерно натягивая резинку. Концы ниток завязываем на изнаночной стороне и прячем в шов.

6



Подгибаем низ штанин на изнаночную сторону на 20 мм и заутюживаем его. Можно заметать край изделия. Подшиваем края на распошивальной машине. Концы ниток завязываем на изнаночной стороне и прячем в шов. Снова утюжим.

7



Убираем оставшуюся наметку, срезаем и прячем концы ниток, еще раз все утюжим. Леггинсы готовы!



ELINA PATYKOVA

ПРО ШИТЬЕ

Костюм Термо

Спасибо вам, что шьёте со мной и моей командой!
Делитесь вашими работами в инстаграмм и группе вк.
До скорых встреч!

