

## WELCHE GRÖSSE BRAUCHE ICH?

Notieren Sie Ihre Maße für Brust-, Taillen- und Hüftumfang und vergleichen Sie sie mit den Standardmaßen der Konfektionsindustrie, die in den Tabelle auf dieser Seite zusammengefasst sind. Keine Sorge bitte, wenn Sie immer dachten, 38 tragen zu können, und nun feststellen, dass 40 oder 42 besser sind. Schnittmustergrößen weichen von den Größen fertiger Konfektion ab. Und letztlich geht es ja darum, dass die selbst genähte Kleidung optimal passt, es hängt kein Etikett darin. Es sieht immer unvorteilhaft aus, wenn man sich in zu enge Kleidung zwingt. Die korrekte Größe hingegen sitzt (je nach Schnitt) glatt oder locker auf kleinen Polstern und wirkt schmeichelhafter. Fertigschnitte umfassen normalerweise mehrere Größen, sodass Sie sich beim Kauf noch nicht festlegen müssen. Werden zwei Größenintervalle angeboten (z. B. 34–44 und 44–54) und Sie sind ein Grenzfall, kaufen Sie lieber den größeren Schnitt.

### STANDARDSCHNITTMUSTERGRÖSSEN FRAUEN

BRUST	TAILLE	HÜFTE	GRÖSSE
cm	cm	cm	
80	61	86	34 / GB 8
82,5	63,5	88	36 / GB 10
86,5	67,5	91,5	38 / GB 12
91,5	71	96,5	40 / GB 14
96,5	76	101,5	42 / GB 16
101,5	81,5	107	44 / GB 18

### STANDARDSCHNITTMUSTERGRÖSSEN MÄNNER

BRUST	TAILLE	HÜFTE	GRÖSSE
cm	cm	cm	
86,5–91,5	71–76	89–94	S
96,5–101,5	81,5–86,5	99–104	M
107–112	91,5–96,5	109–114	L
117–122	101,5–107	119–124,5	XL

### GRÖSSENORDNUNG

Wählen Sie aus diesen Tabellen nun die Größe aus, die Ihren Maßen am nächsten kommt. Damit haben Sie Ihre Größenordnung bestimmt. Wir reden von Größenordnung, weil Sie je nach Abweichungen Ihrer Maße und Art des Modells im Einzelfall eine größere oder kleinere Größe wählen können.

### SCHNITTMUSTERGRÖSSE

Wer selbst näht, kann sich jedes Modell perfekt auf den Leib schneiden. Die Länge eines Schnittmusterstücks lässt sich meist leichter ändern als die Weite, darum sollten Sie zuerst die richtige Schnittmustergröße für Ihr gewünschtes Modell aussuchen. Dabei helfen die folgenden Richtlinien.

#### KLEIDER, JACKEN UND OBERTEILE

Orientieren Sie sich an Ihrem Brustumfang. Fertigschnitte sind meist für Körbchengröße B konzipiert, das heißt, die Differenz zwischen Brust- und Oberbrustweite beträgt nicht mehr als 5 cm. Tragen Sie eine größere Körbchengröße, wählen Sie die Schnittmustergröße anhand des Oberbrustumfangs. Dann werden Schultern, Brust und oberer Rücken des fertigen Modells besser sitzen. Falls nötig, passen Sie die Brustpartie des Schnitts an (siehe Seite 31).

#### RÖCKE UND HOSEN

Legen Sie für die Wahl der Schnittmustergröße die Taillenweite zugrunde. Nur wenn die Differenz zwischen Taillen- und Hüftumfang sehr groß ist, sollten Sie sich am Hüftumfang orientieren und die Taillenweite anpassen.

#### GRENZFÄLLE

Wenn Ihre Maße genau zwischen zwei Größen liegen, spielt die Statur eine Rolle. Sind Sie eher zart gebaut, wählen Sie die kleinere Größe. Für einen kräftigen Körperbau ist die größere Größe empfehlenswert.

#### SCHWANGERSCHAFT

Wählen Sie die Schnittmustergröße anhand Ihrer Maße vor der Schwangerschaft. Das zunehmende Volumen von Brust und Bauch ist bei Schnittmustern für Schwangere bereits einkalkuliert.

## KONTUR UND PROPORTIONEN

Wenn Sie häufiger Kleidung nähen wollen, sollten Sie sich mit den Proportionen Ihrer Figur vertraut machen, damit alles gut passt. Vielleicht wissen Sie bereits, dass Sie eine ungewöhnlich hohe (oder tiefe) Taille oder sehr lange Beine haben. Dennoch lohnt es sich, einmal die gesamte Figur zu analysieren. Dann wissen Sie für die Zukunft genau, wo Sie Schnittmusterstücke verlängern oder kürzen müssen. Lassen Sie sich beim Zeichnen der Silhouette helfen.

### SIE BRAUCHEN

einen großen Bogen Papier

(z. B. Packpapier oder Tapete)

Malerkrepp

Lotschnur (oder Bindfaden mit Gewicht am Ende)

ein langes Stahllineal oder eine gerade Latte

Filzstift (schwarz)

kleine Selbstklebepunkte

Wasserwaage

1 Den Bogen Papier mit Malerkrepp an die Wand kleben. Mithilfe von Lotschnur und Lineal in der Mitte eine senkrechte Linie zeichnen. Dann stellen Sie sich barfuß genau vor der Mittellinie direkt vor das Papier, und ein Helfer zeichnet Ihren Umriss nach.

2 Einen Punkt in die Mitte des Oberkopfs kleben, außerdem jeweils zwei Punkte links und rechts auf der Umrisslinie an den folgenden Positionen: unterer Halsansatz, Schulter, Achsel, Taille, Hüfte, Knie.

3 Nun mit dem langen Lineal die Punktepaare mit waagerechten Linien verbinden. Durch den Punkt am Oberkopf mit der Wasserwaage eine waagerechte Linie zeichnen.

4 Das Papier abnehmen und entlang der Linie am Oberkopf gerade abschneiden. Quer zur Hälfte falten, dabei die Kanten an Kopf- und Fußende exakt aufeinanderlegen. Kniffen. Noch einmal falten: Die gefaltete Mitte exakt auf die Kante von Ober- und Unterkante legen und wieder kniffen. So wird Ihre Silhouette in der Höhe in Viertel unterteilt. Bei einer »Standardfigur« reicht das erste Viertel vom Kopf bis zu den Achseln, das zweite von den Achseln bis zu den Hüften, das dritte von den Hüften bis zu den Knien und das vierte von den Knien bis zu den Füßen. Die Taille liegt also auf halber Höhe zwischen Achsel und Hüfte. Wenn Sie die Kniffe mit den waagerechten Linien vergleichen, können Sie Ihre Abweichungen von den Standardproportionen leicht erkennen.

