



Stilfulde klæder, du vil elske at sy

Størrelse 34 - 50

Heidi Sports Leggings 006



*Dejligt behagelige Sports
Leggings til når du skal træne...
...eller slappe af.*

Lidt om Heidi Sports Leggings

Et par lækre og behagelige sports leggings kan man ikke helt gå fejl af.

Disse leggings er tætsiddende, og højtaljede for ekstra komfort.

Den høje talje er til, så man ikke unødvendigt kommer til at vise for meget, når man kommer ud i yderpositionerne når man træner.

Samtidig holder det en lille smule på formerne.

Modellen er syet i sports stretch med 20% elastan i, så de trækker sig godt sammen igen, uden at "lave knæ".

Til et mere afslappet look kan man også bruge andre former for jersey, bare der er nok med elastik i, da der er trukket 20% fra i størrelserne. Dvs, at størrelserne er ca. 20% mindre

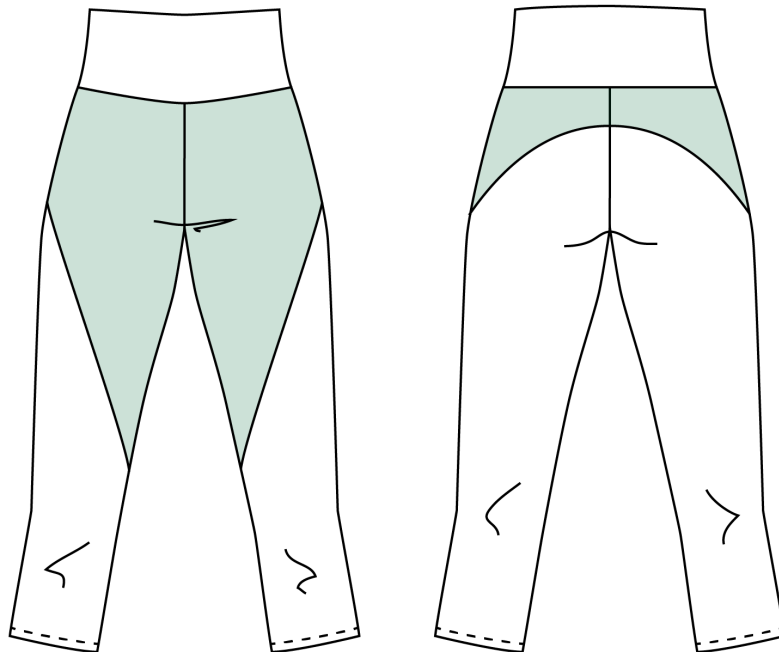
end vores rigtige kropsmål.

Dette gør, at leggingsene sidder til som de skal.

Perfekt! :)

Tak fordi du købte mønstret, og god fornøjelse med det.

Hvis du har spørgsmål, kan du altid skrive en mail til kontakt@synu.dk. Jeg vil gøre mit bedste for at svare så hurtigt som muligt.



Købet af dette mønster giver dig rettigheden til at printe og kopiere dette mønster til eget personlige hjemmebrug.

Det giver dig rettigheden til at lave så mange Heidi Sports Leggings som du ønsker til dig selv, eller som gaver.

Det giver dig **IKKE** rettigheden til at kopiere eller distribuere dette design, mønster eller syvejledning til andre, uanset om du tjener på det eller ej.

Hvis du har nogle spørgsmål så send en mail til mig på: kontakt@synu.dk.

Tak fordi du respekterer designerens rettigheder.










Mønster Information

Find din størrelse:

Dine Krops Mål			
Størrelse	Taljevidde	Hoftevidde	
34	64 cm	87 cm	
36	66 cm	90 cm	
38	70 cm	94 cm	
40	74 cm	98 cm	
42	78 cm	102 cm	
44	82 cm	106 cm	
46	86 cm	110 cm	
48	92 cm	114 cm	
50	98 cm	118 cm	

Trine T-shirtens Færdige mål			
Størrelse	Taljevidde	Hoftevidde	Længde
34	55,5 cm	69 cm	88 cm
36	57,5 cm	72,5 cm	88,5 cm
38	61,5 cm	76,5 cm	89 cm
40	65,5 cm	80,5 cm	89,5 cm
42	69,5 cm	84,5 cm	90 cm
44	73,5 cm	88,5 cm	90,5 cm
46	77,5 cm	92,5 cm	91 cm
48	83,5 cm	98 cm	91,5 cm
50	89,5 cm	103,5 cm	92 cm

Størrelses guide:

	Size 34
	Size 36
	Size 38
	Size 40
	Size 42
	Size 44
	Size 46
	Size 48
	Size 50

Mønster detaljer:

Mønstret indeholder 4 mønsterdele.

Sømrum er ikke inkluderet i mønstret, men er skrevet på hver søm i centimeter.

Trådretning er tegnet med en pilestreg.

Den skal ligge parallelt med ægkanten af stoffet.

Mønster Information

Materiale forbrug:

Størrelse	34	36	38	40	42	44	46	48	50
Hovedstof br.:140 cm	80 cm	90 cm	90 cm	90 cm	100 cm	110 cm	110 cm	115 cm	115 cm
Kontraststof br.:140 cm	60 cm	60 cm	60 cm	60 cm	60 cm	60 cm	60 cm	65 cm	65 cm

Materiale forslag:

Sports stretch med 20% elastan eller lycra, så det giver sig rigtig godt.

Andet strækstof med meget stræk i.

- Evt. overlocker
- Matchende Tråd

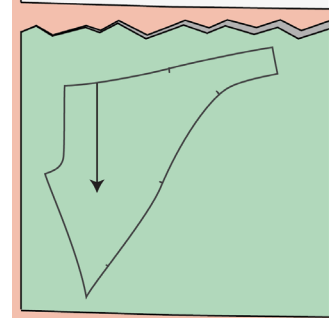
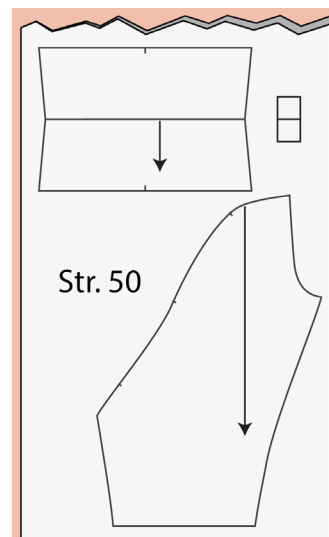
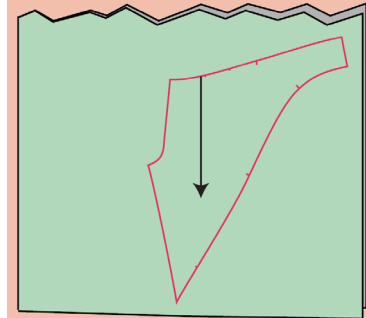
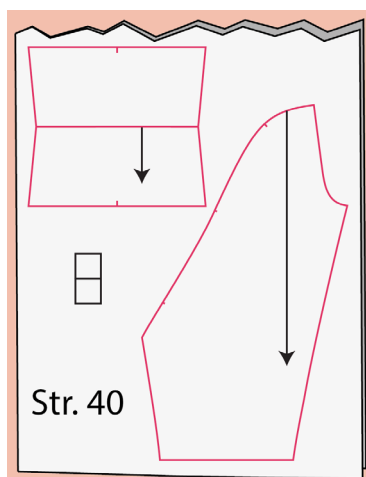
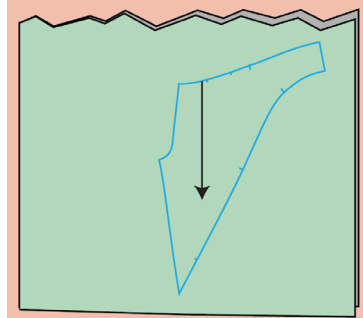
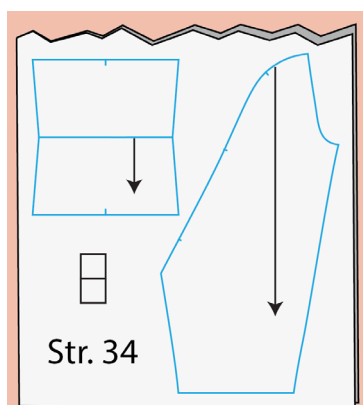
Klippevejledning:

Værktøj, du skal bruge:

- Printer (til at printe mønstret)
- Papirsaks (til at klippe mønstret)
- Tape (til at samle mønstret)
- Evt. mønsterpapir
- Symaskine
- Knappenåle
- Stofsaks
- Skrædderkridt
- Evt. tvillingenål til jersey (ballpoint)

- 2 x Øverste Kontrastfarvestykke
- 2 x Nederste Stykke
- 2 x Rib mod fold i toppen
- 1 x lomme

Klippevejledning



Print og saml dit mønster

Mønster siderne er 18 x 27 cm.

Siderne er designet, så de kan printes ud på en helt almindelig hjemmeprinter, der printer ud i A4-størrelse.

Åben mønster-filen med en PDF-læser, som for eksempel Adobe Reader, som du kan hente gratis på nettet.

Før du printer hele mønstret, så start ud med KUN at printe side 1, hvor der er en test firkant der skal måle 3 x 3 cm, når den er printet.

I print dialog boksen, skal du vælge at printe den faktiske størrelse, eller sætte skaleringen af dokumentet til 100%, eller "ingen skalering".

Det er forskelligt fra printer til printer, hvad der står.

Klip langs de tynde blålige linjer (rammen) på den ene langside og den ene korte side - for

eksempel højre side, samt toppen af papiret.

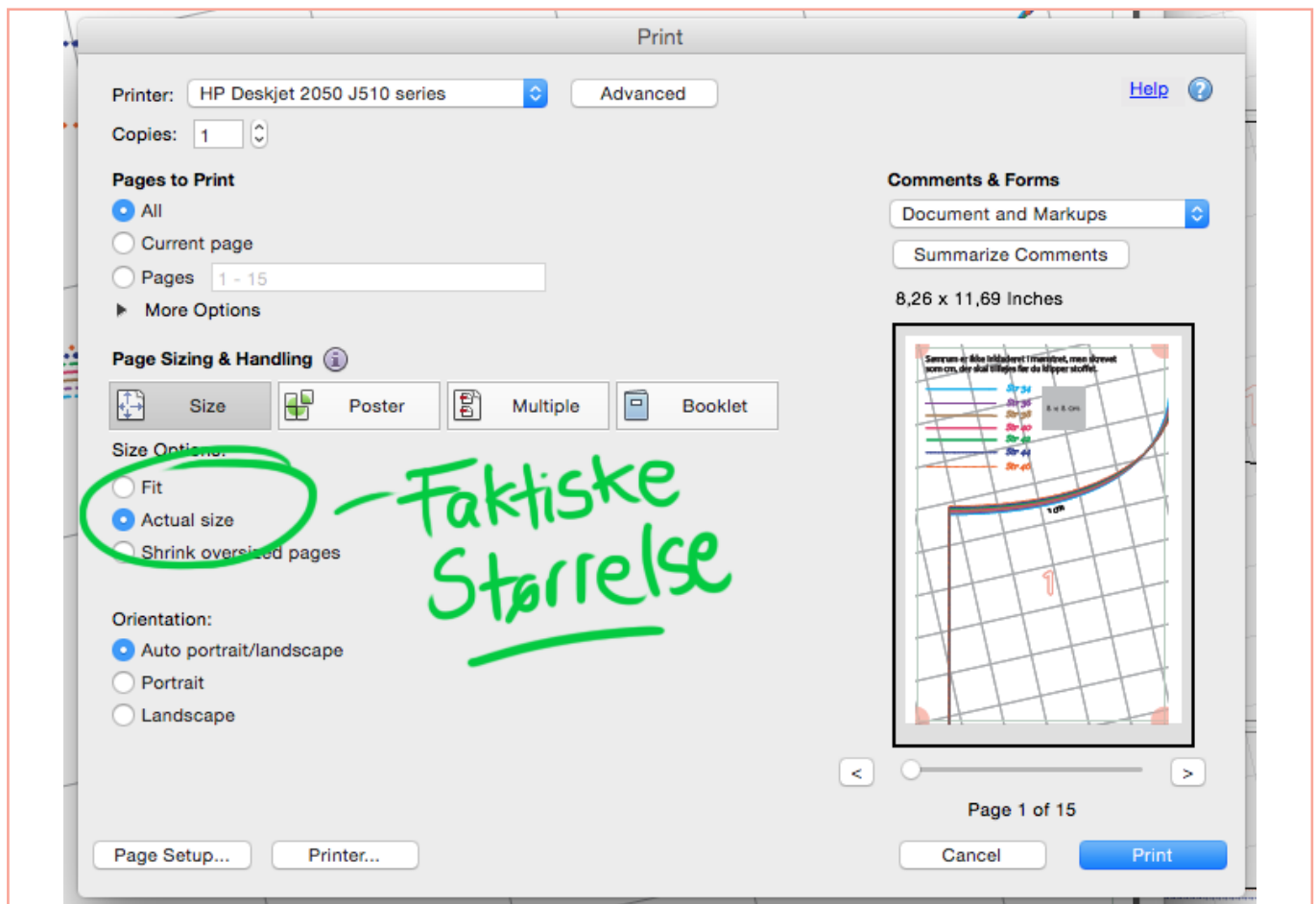
Sæt siderne sammen, så rammerne er lige over hinanden. Gå ud fra de lyserøde bobler, der er i hvert hjørne - de skal danne en cirkel, når 4 stykker papir er samlet. De skæve tern er også til, så det er nemmere at samle

Mønstret har 4 kolonner og 4 rækker. Så der er i alt 16 sider.

De lyserøde numre indikerer side rækkefølgen, efter hvilken de skal samles.

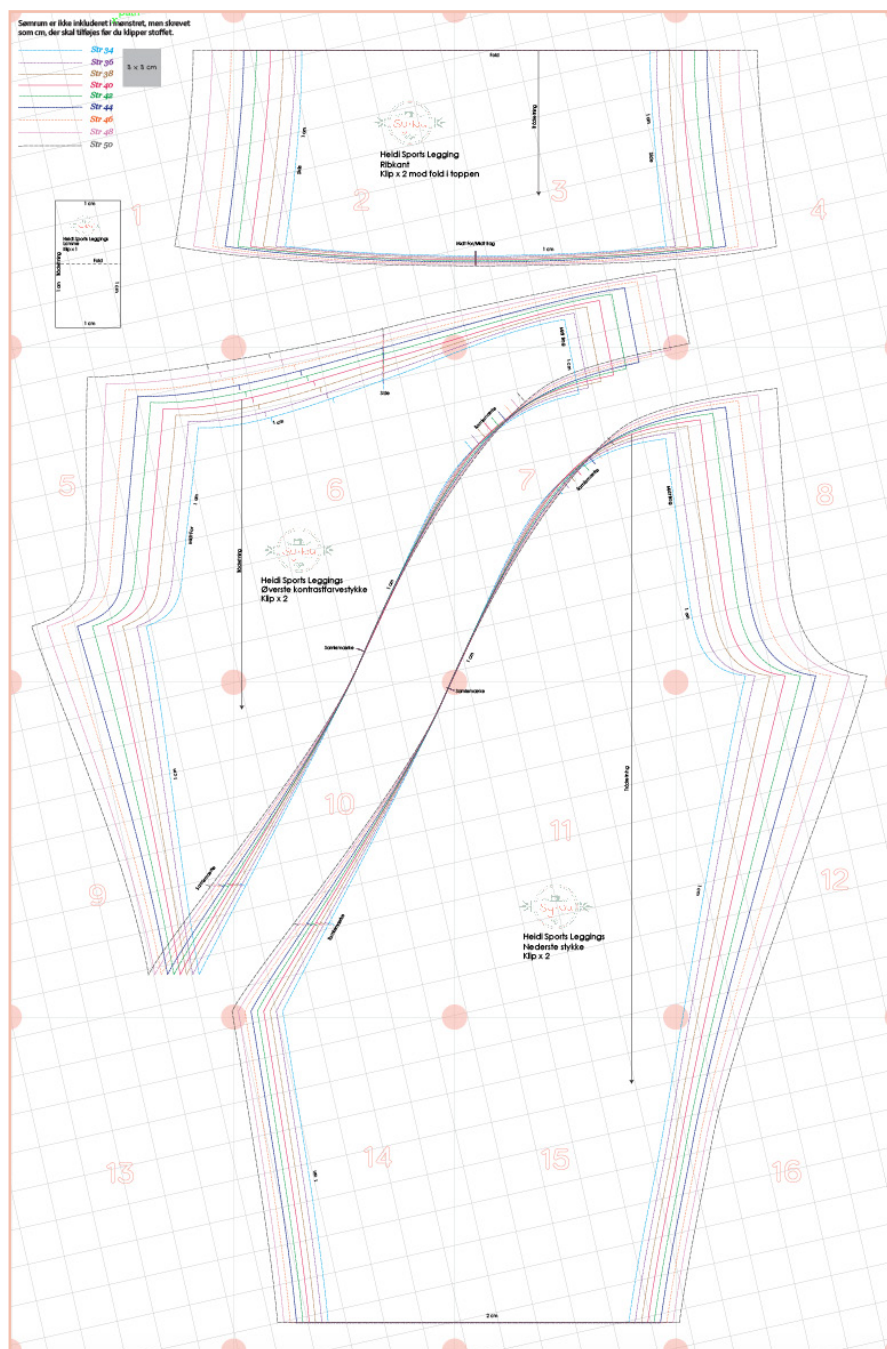
Mål din taljevidde samt hoftevidde, og sammenlign med størrelses guiden, før du klipper mønstret ud.

For mere information og hjælp, så kom forbi: www.SyNu.dk



Print og saml dit mønster

Når du har fået printet dit mønster, skal det klistres sammen og ende med at se således ud:



Yderligere info

Hvis du har fat i naturvarer såsom bomuld eller hør eller lignende, er det en rigtig god idé at vaske stoffet først, da det har en tendens til at krympe en smule.

Hvis det er syntetiske metervarer, kan du nøjes med lige at dampe det igennem med et dampstrygejern.

Generelt er det en god idé at behandle stoffet først, som om det var et færdigt stykke tøj - så ved du at det kan tåle den behandling det får fremover.

Sy vejledning (Side 1)

Nu har du dit mønster klar, og her er syvejledningen til Heidi Sports Leggingsene. Jeg vil anbefale at du lige læser den igennem, før du går igang. Så har du en god fornemmelse af rækkefølgen.

Du kan printe denne side ud, og lægge den på dit sybord som reference under syningen.

Lad os komme igang. :)

1. Start med at finde din størrelse - mål omkring din taljevidde og hoftevidde, og pejl dig ind på den rigtige størrelse. Mønstreret er ca 20% mindre end din reelle størrelse, da de er ret tætsiddende.
2. Tegn mønstreret af på mønsterpapir, eller klip mønstreret direkte ud.
3. Fold hovedstoffet på midten parallelt med ægkanten, og nål det nederste mønsterstykke på. Tegn sømrum, og markeringer.
4. Klip det nederste stykke ud. Lav små snip (1-2 mm i sømrummet) ved markeringerne.
5. Af det resterende hovedstof, fold nu 2 stykker vandret over trådretningen, og læg dem ovenpå hinanden. Nål så ribstykket på (så den øverste kant er foldet). Tegn sømrum og markering.
6. Klip ribstykkerne ud, og lav små snip ved markeringen.
7. Klip en lille lomme (eller to) af en stump - husk sømrum her også.
8. Fold kontraststoffet, og klip det øverste stykke - husk sømrum og markeringer. Du vælger selv om du vil have lomme(r) og i hvilken side.
9. Hvis du ønsker en lomme, så er det det første vi syer på.
10. Læg lommeledet ret mod ret på forstykket.
11. Sy fra mærke til mærke. Brug en stræksøm, når du syer.
12. Lav en støttestikning - sy sømrummet fast under lommeledet, ca 1-2 mm fra sømmen. Igen fra mærke til mærke.
13. Klip i selve buksens sømrum ved mærkerne (ned til syningens start/slut). Så lommens sømrum kan bukket ned, og buksens sømrum kan forblive oppe.
14. Fold lommen op, og sy dens sider, så det bliver til en lille lomme. Den del af lommen, du lige har foldet op, skal gerne "erstatte" buksens sømrum, når vi skal til at sy ribben på.
15. Sy nu de nederste stykker på de øverste stykker - ret mod ret. Benyt dig af samlemærkerne. Brug en stræk søm på din maskine.
16. Sy nu midt for ret mod ret, samt midt bag ret mod ret. Bagpå skal du prøve at få syningerne (farveskiftet) til at være lige over for hinanden.
17. Sy nu buksebenenes sømme.
18. Sy nu ribstykkerne sammen ret mod ret i sidesømmene.
19. Fold ribben "ned" vrang mod vrang, så begge rå kanter er sammen, og vi kun kan se ribbens retside.
20. Nål ribben fast på selve buksens retside. Gør brug af samlemærkerne.
21. Sy ribben fast. Vær forsigtig, når du syer over lommen. Man kan fornemme, om man syer over lommeåbningen. Start hellere med at sy lidt længere inde i sømrummet (ved lommen), og så sy over igen, lidt tættere på, når du har set hvordan det ser ud.
22. Og nu - sidste hånd på værket: Læg benene 2 cm op, og stik enten med en stræksøm eller med en tvillingenål fra retsiden.

Sy vejledning (Side 2)

23. Et Voilá! Et styks Heidi Sports Leggings!

De er hurtige og relativt nemme at lave - og så er de bare super behagelige.

Tillykke med dine nye Heidi Sports Leggings.
:)

Jeg håber at det har været en fornøjelse for dig at sy med et Sy Nu mønster.

Hvis du har spørgsmål eller er i tvivl om noget, er du velkommen til at kontakte mig på:

kontakt@synu.dk

Jeg vil svare så hurtigt og så godt jeg kan.

Eller ENDNU BEDRE - Kom forbi Sy Nu's Facebook side, og start en samtale. Det kan være der er andre med samme spørgsmål.

Klik dig ind her:

[Sy Nu på Facebook](#)

Her er der mulighed for at finde svar til dine spørgsmål omkring mønstret eller andre sy-relaterede ting.

Du må også meget gerne indsætte billeder af dine færdige Heidi Sports Leggings, så andre kan se dem og blive inspireret.

Hvis du er interesseret i at finde ud af hvornår der kommer nye mønstre, eller gerne vil have sy-relaterede tips og tricks i din inbox, så er du hjertens velkommen til at skrive dig op til mit nyhedsbrev på SyNu.dk.

Så går du ikke glip af noget.

[Klik her for at komme til SyNu.dk](#)

Tak for denne gang, og på gensyn.



Parnuuna