

#2445 – ENGLISH  
Loungewear/Yoga Pants and Shorts

**How to choose the appropriate size:**  
Use the size corresponding to your hip measurement.

**Seam and hem allowances are included.**

**Stitch this garment at 6 mm (1/4") from the edge (unless otherwise indicated).**

**Pieces are stitched with right sides together (unless otherwise indicated).**

Pattern pieces

- A) Front X2  
B) Back X2  
C) Waistband X1  
D) Casing X1

1. Jalie's sewing technique for stretchable fabrics (if you do not have a serger)
  1. First seam: a large zigzag stitch directly on raw edge of fabric, without stretching the fabric (fig. 1).
  2. Second seam: a straight stitch at 6 mm (1/4") from the edge of the fabric, stretching the fabric lightly (fig. 2).
2. Front and back
  - Pin front to back and stitch side seam (fig. 3) and inseam (fig. 4). Repeat for the other leg.
  - Turn one leg right side out and place it inside the other. Stitch crotch (back and front) (fig. 5).
3. Waistband  
WAISTBAND
  - Mark the band centre (fig. 6) and the placement for buttonholes (fig. 7) and eyelets.
  - Use adhesive tape or fusible interfacing to reinforce the fabric prior to make buttonholes (fig. 8).
  - Make buttonholes (fig. 9) and slit it open.
  - Set eyelets (fig. 10) as shown.CASING
  - Pin wrong side of casing to right side of waistband as shown (fig. 11).
  - Fold to wrong side by 6 mm (1/4") and topstitch 3 mm (1/8") from the fold (fig. 12).
  - Fold free edge or casing (fig. 13) and topstitch.
  - Fold waistband to right side (fig. 14) and stitch.
  - Fold to wrong side, matching raw edges and baste with wide zigzag stitch (fig. 15).
  - Insert drawstring into buttonhole through the eyelet (fig. 16).
  - Pin waistband (side with eyelets) to right side of waist (fig. 17) and stitch.HEM
  - Pants: Fold to wrong side by 4 cm (1 1/2") and double topstitch (fig. 18).
  - Shorts: Fold to wrong side by 2 cm (3/4") and double topstitch (fig. 19).

*Thank you for sewing with Jalie*

#2445 – FRANÇAIS  
Pantalon de détente/yoga et short

**Comment choisir la bonne taille :**  
Utiliser la mesure des hanches.

**Les ressources de couture et d'ourlet sont comprises.**  
**Ce vêtement est cousu à 6 mm (1/4") du bord (sauf lors d'avis contraire).**

**Lors de l'assemblage, les pièces du vêtement sont superposées endroit contre endroit (sauf lors d'avis contraire).**

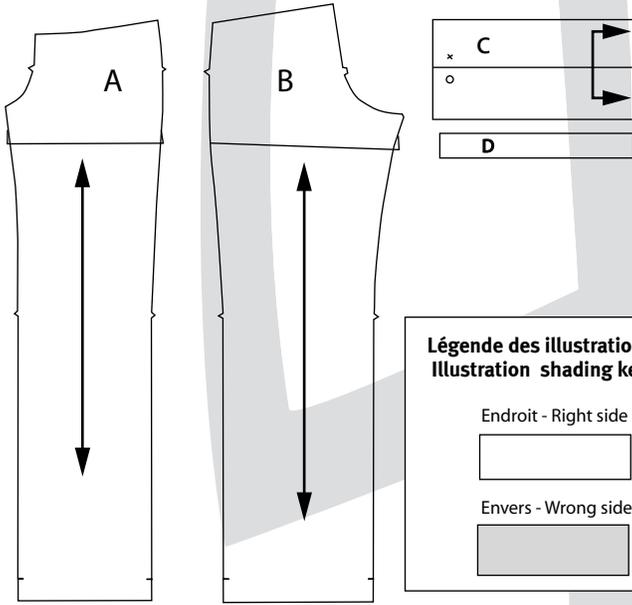
Pièces du patron

- |              |                         |
|--------------|-------------------------|
| A) Devant X2 | C) Bande à la taille X1 |
| B) Dos X2    | D) Coulisse X1          |

- Technique de couture Jalie pour tissu extensible (**utiliser cette technique si vous n'avez pas de surjeteuse**)
  - Première couture : point zigzag large directement sur le bord vif du tissu, sans tendre le tissu (fig. 1).
  - Deuxième couture : point droit à 6 mm (1/4") du bord du tissu en tendant légèrement le tissu (fig. 2).
- Dos et devant
  - Épingler le devant au dos et coudre le côté (fig. 3) et l'entrejambe (fig. 4). Répéter pour l'autre jambe.
  - Insérer une jambe dans l'autre pour que les deux jambes soient endroit contre endroit et coudre les fourches devant et dos (fig. 5).
- Bande à la taille  
BANDE À LA TAILLE
  - Marquer le centre de la bande (fig. 6) ainsi que l'emplacement des boutonnieres (fig. 7) et des oeillets.
  - Sur l'envers, solidifier l'emplacement des boutonnieres avec du ruban adhésif ou un entoilage (fig. 8).
  - Exécuter les boutonnieres (fig. 9) et inciser.
  - Poser les oeillets aux endroits indiqués (fig. 10).COULISSE
  - Épingler l'envers de la coulisse sur l'endroit de la bande à la taille tel qu'illustré (fig. 11).
  - Plier sur l'envers de 6 mm (1/4") et surpiquer à 3 mm (1/8") (fig. 12).
  - Plier le bord libre de la coulisse (fig. 13) et surpiquer.
  - Plier la bande sur l'endroit (fig. 14) et coudre.
  - Replier envers contre envers en faisant correspondre les bords vifs et fixer ceux-ci au point de zigzag large (fig. 15).
  - Insérer le cordon dans la boutonniere, en passant par l'oeillet (fig. 16).
  - Épingler la bande (côté "oeillet") sur l'endroit de la taille du pantalon (fig. 17) et coudre.OURLET
  - Pour le pantalon, plier de 4 cm (1 1/2") et faire une surpiqûre double (fig. 18).
  - Pour le short plier, de 2 cm (3/4") et faire une surpiqûre double (fig. 19).

*Merci de coudre avec Jalie*

Pièces du patron / pattern pieces



Légende des illustrations  
Illustration shading key

Endroit - Right side



Envers - Wrong side



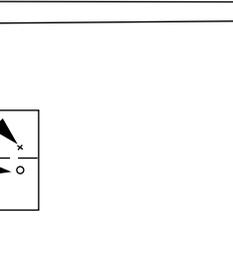
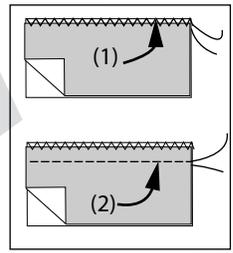
1

Technique de couture Jalie  
pour tissus extensible

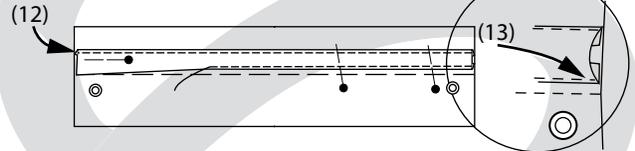
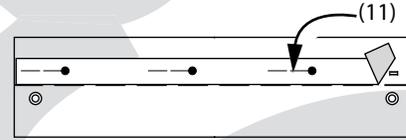
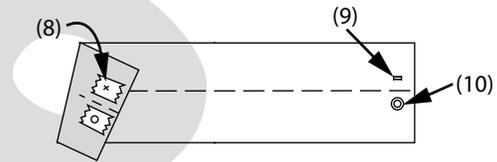
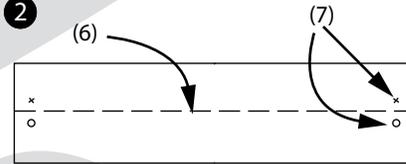
(à utiliser si vous n'avez pas de surjeteuse)

Jalie's sewing technique  
for stretchable fabric

(use this technique if you cannot use a serger)



2



2

