

Women's short tights and sport tops

How to choose the appropriate size: For the tops: Use the size corresponding to your bust measurement.
For the short tights: Use the size corresponding to your hips measurement.

**Seam and hem allowances are included. Stitch this garment 6 mm (1/4") from edge (unless otherwise indicated).
Pieces are stitched with right sides together (unless otherwise indicated).
Topstitches can be done using a double needle or zigzag stitch.**

Pattern pieces

- | | | | |
|---------------------------------------|----------------------------|-----------------------|---------------------|
| A) Front – View B X1 fabric X1 lining | D) Front strap – View A X2 | G) Insert at front X2 | J) Front liningX2 |
| B) Front – View A X1 fabric X1 lining | E) Back strap – View A X1 | H) Back – View C X2 | K) Crotch lining X1 |
| C) Back – View A and B X1 | F) Front – View C X2 | I) Inseam panel X1 | |

Jalie's sewing technique for stretchable fabric (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 6 mm (1/4") from edge of the fabric stretching the fabric lightly (fig. 2).
1. Sport Top – View A
 - Pin lining to front (fig. 3) and stitch raw edges together using a zigzag stitch (fig. 4). Please note that this stitch will not be shown in following figures for clarification purposes.
 - Pin front strap to front, matching notches, and stitch (fig. 5). Pin back strap to back and stitch (fig. 6).
 - Pin at shoulder and side seams (fig. 7 and 8) and stitch.
 - Butt elastic ends and stitch as shown, using a zigzag stitch (fig. 9) to form a loop. Divide elastic and opening into fourths with pins (fig. 10).
 - Pin elastic to wrong side of bottom edge, matching quarter marks (fig. 11). Sew elastic to raw edge of fabric using a zigzag stitch, stretching the elastic as you sew to fit the opening (fig. 12).
 - Fold elastic to wrong side of fabric and stitch (fig. 13 or 14), stretching lightly.
 - Stitch elastic to armholes and neckline using the same technique (fig. 13 or 14).
 2. Sport Top – View B
 - Pin lining to front (fig. 15) and stitch raw edges together using a zigzag stitch (fig. 16). Please note that this stitch will not be shown in following figures for clarification purposes. Pin back to front at side seams (fig. 17) and stitch.
 - Sew fold-over elastic to front neckline (fig. 21) and back (fig. 22) using the following technique:
 1. Wrap elastic over raw edge of fabric (fig. 18).
 2. Pin and stitch using a double needle (fig. 19) or zigzag stitch (fig. 20), stretching the elastic to fit the fabric.
 - Mark the "Strap Length" measurement on the straps with pins (measurement shown in the Elastic Lengths Table) (fig. 23). Pin straps to garment, matching fig. 23 pins with front armhole (fig. 24) and leaving 2.5 cm (1") excess elastic at the back as shown (fig. 25).
 - Stitch strap using a zigzag stitch or a double needle, from the loose end of the strap to the back (fig. 26).
 - Insert strap into bra strap slides as shown (fig. 27 and 28) and stitch (fig. 29 and 30).
 3. Short Tights – View C
 - Pin front insert to front and stitch (fig. 30). Pin front crotch, matching notches, and stitch (fig. 31).
 - Pin back crotch, matching notches, and stitch (fig. 32). Pin back to front at side seams, matching notches, and stitch (fig. 33).
 - Pin inseam panel to raw edge of front and back, matching notches, and stitch (fig. 34).
 - Pin front lining pieces together, matching notches, and stitch (fig. 35). Pin front lining to crotch lining and stitch (fig. 36).
 - Pin lining to garment, staystitch 2.5 cm (1") from waist (fig. 37). Trim lining along the staystitch (fig. 38).
 - Stitch lining to inseam panel seam allowance (fig. 39), stitching over visible seam. Follow steps illustrated in fig. 9 to 14 to apply elastic to the waist.
 - Turn up bottom edge of leg opening by 2 cm (3/4") to wrong side and topstitch using a double needle or zigzag stitch (fig. 40).

Thank you for sewing with Jalie

Comment choisir la bonne taille : Utiliser la mesure du tour de poitrine pour les hauts et celle du tour de hanches pour le cuissard.

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).

Les surpiqûres peuvent être effectuées à l'aide d'une aiguille double ou en faisant un zigzag.

Pièces du patron

A) Devant modèle B X1 tissu X1 doublure	D) Bretelle devant modèle A X2	G) Empiècement au devant X2	J) Doublure devant X2
B) Devant modèle A X1 tissu X1 doublure	E) Bretelle dos modèle A X1	H) Dos modèle C X2	K) Doublure d'entrejambe X1
C) Dos X1	F) Devant modèle C X2	I) Bande d'entrejambe X1	

Technique de couture Jalie pour tissus extensibles (**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).
- Haut sport - Modèle A
 - Épingler la doublure au devant (fig. 3) et joindre les bords vifs à l'aide d'un point zigzag (fig. 4). Veuillez noter que ce zigzag n'apparaîtra pas dans les figures subséquentes pour alléger les illustrations.
 - Épingler la bretelle devant au devant en faisant correspondre les crans et coudre (fig. 5).
 - Épingler la bretelle dos au dos et coudre (fig. 6). Épingler et coudre les épaules et les côtés (fig. 7 et 8).
 - Joindre les extrémités de l'élastique par un zigzag tel qu'illustré (fig. 9). Diviser en 4 parties égales et marquer les quarts à l'aide d'épingles (fig. 10).
 - Diviser l'ouverture en quatre et marquer les quarts à l'aide d'épingles.
 - Épingler l'élastique sur l'envers de l'ouverture du tronc en faisant correspondre les épingles (fig. 11). Coudre l'élastique au bord vif du tissu au point zigzag (fig. 12) en le tendant légèrement pour qu'il s'ajuste à l'ouverture.
 - Retourner l'élastique cousu sur l'envers du tissu et coudre en tendant légèrement l'élastique (fig. 13 ou 14).
 - Coudre les élastiques aux emmanchures et à l'encolure (fig. 13 ou 14).
 - Haut sport - Modèle B
 - Épingler la doublure au devant (fig. 15) et joindre les bords vifs à l'aide d'un point zigzag (fig. 16). Veuillez noter que ce zigzag n'apparaîtra pas dans les figures subséquentes pour alléger les illustrations. Épingler le dos au devant et coudre les côtés (fig. 17).
 - Coudre le biais élastique à l'encolure devant (fig. 21) et au dos (fig. 22) en suivant la technique suivante :
 - Ouvrir le biais et insérer le bord vif du tissu contre le creux du pli (fig. 18).
 - Épingler et coudre à l'aide d'une aiguille double (fig. 19) ou au point de zigzag (fig. 20) en tendant le biais pour qu'il s'ajuste au tissu.
 - Reporter la longueur de bretelle indiquée dans le tableau sur le patron sur le biais, à partir de chaque extrémité (fig. 23) et épingler tel qu'illustré à l'emmanchure (fig. 24) en laissant 2,5 cm (1") au dos (fig. 25).
 - Coudre le biais, au point zigzag ou à l'aide de l'aiguille double, de l'extrémité de la bretelle au dos (fig. 26).
 - Insérer la bretelle dans les boucles d'ajustement tel qu'illustré (fig. 27 et 28) et coudre (fig. 29 et 30).
 - Cuissard - Modèle C
 - Épingler l'empiècement au devant et coudre (fig. 30). Épingler la fourche devant en faisant correspondre les crans et coudre (fig. 31).
 - Épingler la fourche dos en faisant correspondre les crans et coudre (fig. 32).
 - Épingler le dos au devant en faisant correspondre les crans et coudre les côtés (fig. 33).
 - Épingler la bande d'entrejambe au bord libre du dos et du devant en faisant correspondre les crans et coudre (fig. 34).
 - Épingler les pièces de la doublure devant en faisant correspondre les crans et coudre (fig. 35).
 - Épingler la doublure devant à la doublure d'entrejambe et coudre (fig. 36). Épingler la doublure au vêtement, faire une couture de soutien à 2,5 cm (1") du bord de la taille (fig. 37). Raser la doublure le long de la couture exécutée (fig. 38).
 - Coudre la doublure sur la couture apparente à l'entrejambe (fig. 39). Pour la pose de l'élastique à la taille, référez-vous aux illustrations 9 à 14.
 - Retourner la partie inférieure de l'ouverture des jambes de 2 cm (3/4") sur l'envers et surpiquer à l'aide d'une aiguille double ou d'un zigzag (fig. 40).

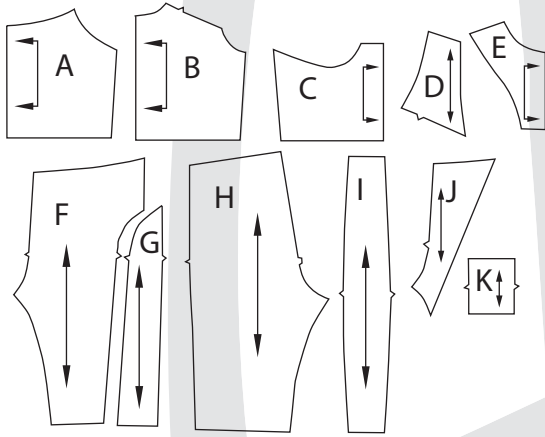
Merci de coudre avec Jalie

MODÈLE A - VIEW A									
Tronc Bottom edge X1			Encolure Neckline X1			Emmanchure Armhole X2			
Elastic width 2 cm (3/4")			Elastic width : 1 cm (3/8")			Elastic width : 1 cm (3/8")			
	cm	"	cm	"	cm	"	cm	"	
F	46	18	35	13 3/4	33	13 1/4			
G	48	19	37	14 1/2	35	13 3/4			
H	50	19 1/2	39	15 1/4	37	14 1/2			
I	52	20 1/2	41	16 1/4	38	15			
J	54	21	43	17	40	15 3/4			
K	56	22	45	17 3/4	42	16 1/2			
L	58	22 1/2	47	18 1/2	43	17			
M	59	23 1/2	48	19	45	17 3/4			
N	61	24	49	19 1/2	46	18 1/4			
O	62	24 1/2	51	20	48	18 3/4			
P	64	25	52	20 1/4	49	19 1/2			
Q	65	25 1/2	53	20 3/4	51	20			
R	67	26 1/2	54	21 1/4	53	20 3/4			
S	68	27	55	21 3/4	54	21 1/4			
T	70	27 1/2	57	22 1/4	55	21 3/4			
U	72	28 1/2	58	23	56	22			
V	74	29	60	23 3/4	57	22 1/2			
W	76	30	62	24 1/4	58	22 3/4			
X	78	30 1/2	63	25	59	23 1/4			
Y	80	31 1/2	65	25 1/2	60	23 1/2			
Z	81	32	67	26 1/4	61	24			
AA	83	33	68	26 3/4	62	24 1/4			
BB	85	33 1/2	70	27 1/2	63	24 3/4			
CC	87	34 1/2	71	28	64	25			
DD	91	36	74	29	66	26			
EE	95	37 1/2	76	30	68	26 3/4			
FF	100	39	79	31	71	27 3/4			

MODÈLE B - VIEW B									
Biais élastique de 2 cm (3/4") de largeur 2-cm (3/4") fold-over elastic (stretch bias)									
Encolure devant Front X1			Dos Back X1		Bretelles Straps X2		Longueur bretelles (fig. 23) Strap length (fig. 23)		
	cm	"	cm	"	cm	"	cm	"	"
F	14,9	5 7/8	5	2	38	15	22,1	8 3/4	
G	15,6	6 1/8	5	2	40	15 3/4	23,1	9 1/8	
H	16,2	6 3/8	5	2	42	16 1/4	24,1	9 1/2	
I	16,9	6 5/8	5	2	43	17	25,1	9 7/8	
J	17,5	6 7/8	5	2	45	17 3/4	26,1	10 1/4	
K	18,2	7 1/8	5	2	47	18 1/2	27,1	10 5/8	
L	18,9	7 3/8	5	2	48	19	28,1	11 1/8	
M	19,3	7 5/8	5	2	50	19 3/4	29,3	11 1/2	
N	19,7	7 3/4	5	2	52	20 1/2	30,4	12	
O	20,2	8	5	2	54	21 1/4	31,5	12 3/8	
P	20,6	8 1/8	5	2	55	21 3/4	32,6	12 7/8	
Q	21,1	8 1/4	5	2	57	22 1/2	33,8	13 1/4	
R	21,5	8 1/2	5	2	59	23 1/4	34,9	13 3/4	
S	22,0	8 5/8	5	2	61	24	36,0	14 1/8	
T	22,4	8 7/8	5	2	62	24 1/4	36,4	14 3/8	
U	22,9	9	5	2 1/8	63	24 3/4	36,8	14 1/2	
V	23,4	9 1/4	5,6	2 1/4	63	25	37,2	14 5/8	
W	23,9	9 3/8	5,8	2 1/4	64	25 1/4	37,6	14 7/8	
X	24,3	9 5/8	6,0	2 3/8	65	25 3/4	38,1	15	
Y	24,8	9 3/4	6,2	2 1/2	66	26	38,5	15 1/8	
Z	25,3	10	6,4	2 1/2	67	26 1/2	38,9	15 1/4	
AA	25,8	10 1/8	6,6	2 5/8	68	26 3/4	39,3	15 1/2	
BB	26,2	10 3/8	6,8	2 5/8	69	27	39,7	15 5/8	
CC	26,7	10 1/2	7,0	2 3/4	70	27 1/2	40,1	15 3/4	
DD	27,7	10 7/8	7,2	2 7/8	72	28 1/2	41,4	16 1/4	
EE	28,8	11 3/8	7,4	2 7/8	75	29 1/2	42,7	16 7/8	
FF	29,8	11 3/4	7,6	3	78	30 1/2	44,1	17 3/8	

MODÈLE C - VIEW C		
Élastique de 2,5 cm (1") de largeur 2,5-cm (1") elastic		
Taille Waist		
	cm	"
F	43	17
G	44	17 1/2
H	46	18
I	48	19
J	50	19 1/2
K	51	20
L	53	21
M	55	21 1/2
N	56	22
O	58	23
P	60	23 1/2
Q	61	24
R	63	25
S	65	25 1/2
T	66	26
U	68	26 1/2
V	69	27 1/2
W	71	28
X	73	28 1/2
Y	74	29
Z	76	30
AA	77	30 1/2
BB	79	31
CC	80	31 1/2
DD	84	33
EE	88	34 1/2
FF	92	36

Pièces du patron / Pattern Pieces



Légende des illustrations

Illustration shading key

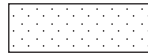
Endroit - Right side



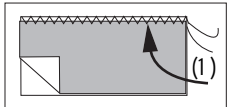
Envers - Wrong side



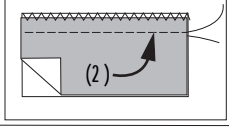
Doublure - Lining



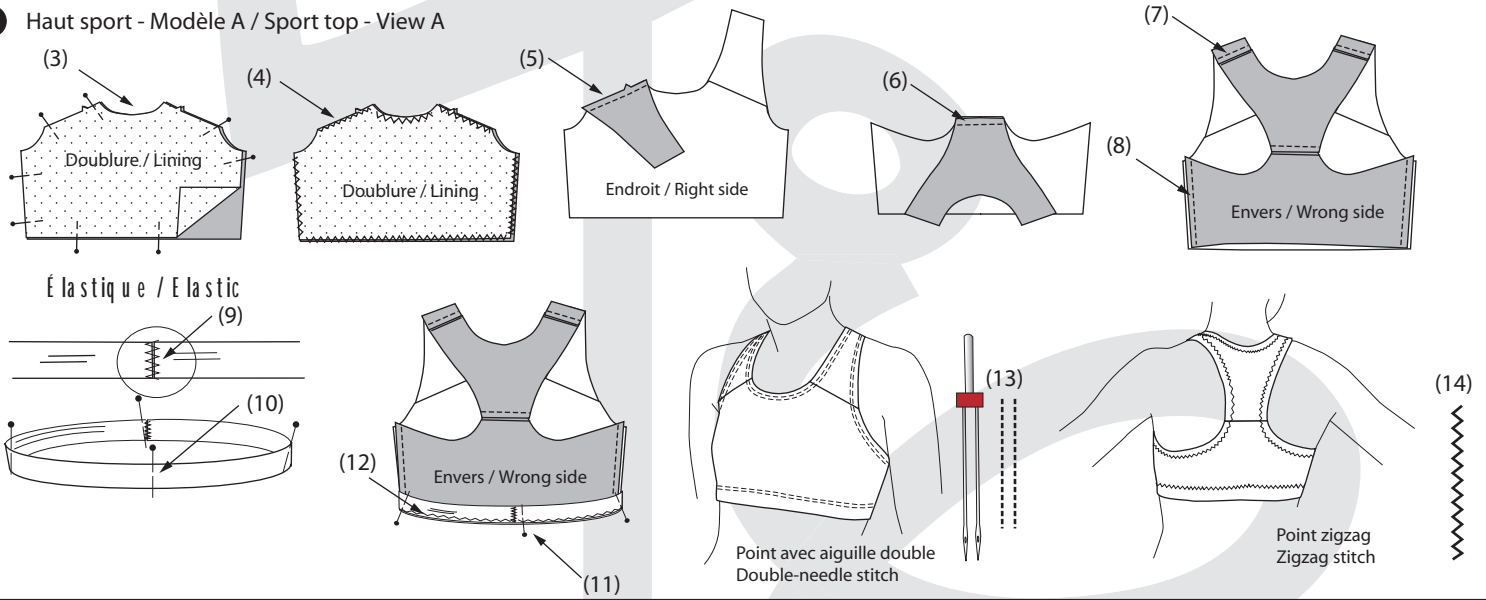
Technique de couture Jalie pour tissus extensibles
(à utiliser si vous n'avez pas de surjeteuse)



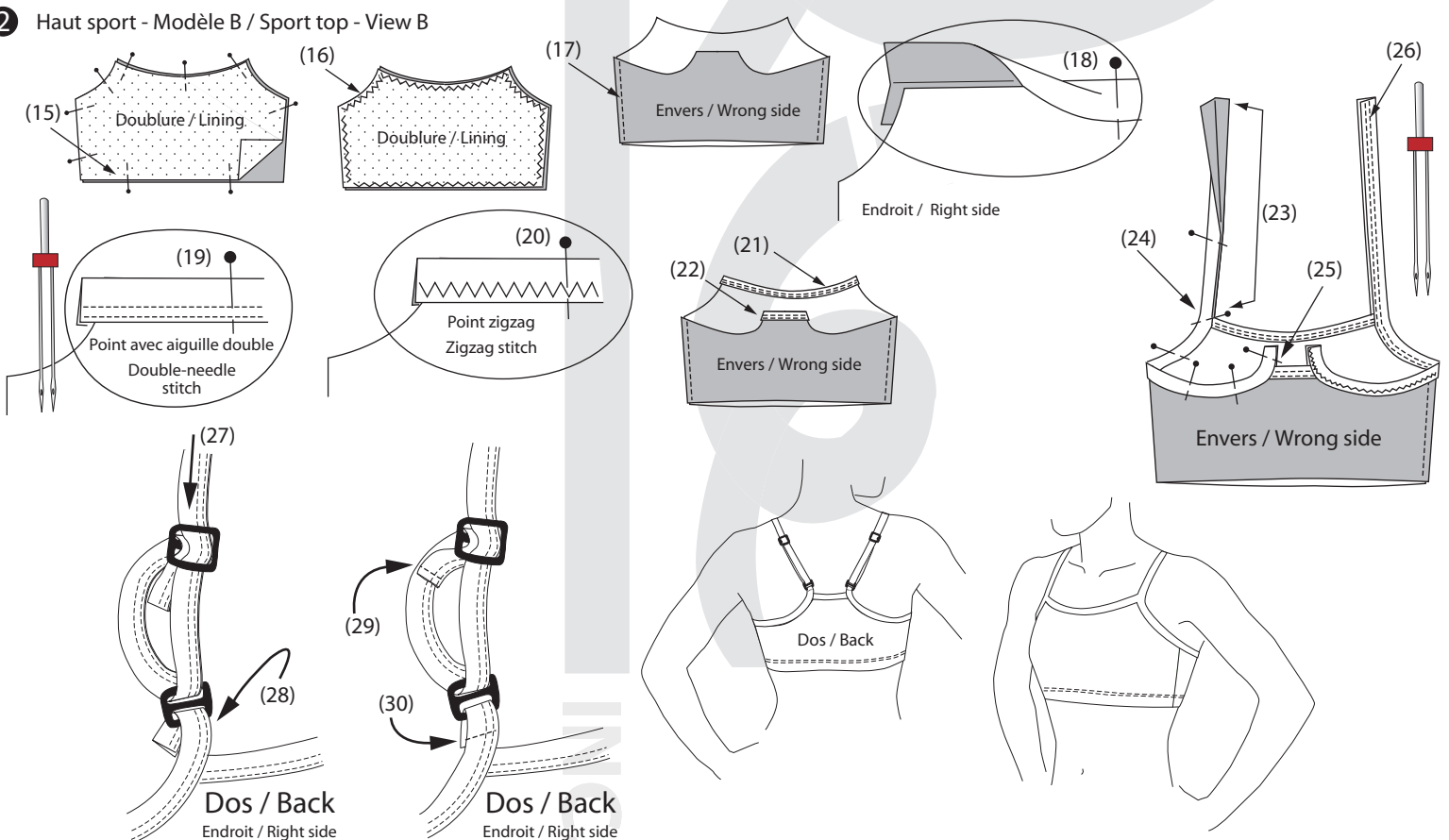
Jalie's sewing technique for stretchable fabrics
(use this technique if you cannot use a serger)



1 Haut sport - Modèle A / Sport top - View A



2 Haut sport - Modèle B / Sport top - View B



3 Cuissard - Modèle C / Short tights - View C

