

Comment choisir la bonne taille : Utiliser la mesure du tour de hanche pour la culotte et le short et celle de la taille pour la guêpière.

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).

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

1. Première couture : point zigzag large directement sur le bord vif du tissu, sans tendre le tissu (fig. 1).
2. Deuxième couture : point droit à 6 mm (1/4") du bord du tissu en tendant légèrement le tissu (fig. 2).

CULOTTE DE MAINTIEN

Pièces du patron

A) Devant X1 B) Renfort au devant X1 C) Dos X1 D) Patte d'entrejambe X1 tissu X1 doublure

- Épingler l'envers du renfort sur l'envers du devant en faisant correspondre les crans (fig. 3) et coudre le pourtour de la pièce au point zigzag cousu (fig. 4).
- Épingler la patte d'entrejambe au dos (fig. 5) et coudre.
- Épingler l'autre extrémité de la patte d'entrejambe au devant (fig. 6) et coudre.

DOUBLURE D'ENTREJAMBE

- Épingler la doublure d'entrejambe sur l'envers du dos (fig. 7) et coudre sur la couture apparente.
- Replier le devant et le dos sur l'endroit de la patte (fig. 8) et épingler l'autre extrémité de la doublure au devant tel qu'illustré.
- Retourner la culotte sur l'endroit et coudre les bords de la patte d'entrejambe tel qu'illustré (fig. 9) au point zigzag.

ÉLASTIQUE À BORD PICOT AUX CUISSES

- Épingler l'élastique à bord picot sur l'endroit de l'ouverture de la cuisse (fig. 10), le bord lisse au bord vif de la pièce et coudre au point zigzag moyen, le plus près possible du bord picot (fig. 11), en tendant l'élastique pour qu'il s'ajuste à l'ouverture.
- Ramener l'élastique sur l'envers du tissu pour que seul le bord picot soit visible (fig. 12) et coudre au point zigzag ou à l'aide d'une aiguille double (fig. 13), sur l'endroit du tissu, à travers toutes les épaisseurs.
- Épingler le devant au dos (fig. 14) et coudre un côté seulement.

ÉLASTIQUE À LA TAILLE

- Suivre les étapes illustrées en figures 10, 11, 12 et 13 (fig. 15 et 16).
- Épingler et coudre l'autre côté de la culotte (fig. 17).

SHORT AMINCISSANT

Pièces du patron

E) Devant et dos X2 F) Doublure d'entrejambe X1 doublure

- Épingler les pièces devant et dos en faisant correspondre le cran simple (fig. 18) et coudre le milieu devant.
- Épingler l'élastique à bord picot sur l'endroit de la taille, le bord lisse au bord vif de la pièce et coudre au point zigzag moyen, le plus près possible du bord picot (fig. 19), en tendant l'élastique pour qu'il s'ajuste à la taille.
- Ramener l'élastique sur l'envers du tissu pour que seul le bord picot soit visible (fig. 20) et coudre au point zigzag ou à l'aide d'une aiguille double, sur l'endroit du tissu, à travers toutes les épaisseurs.
- Épingler le milieu dos et coudre (fig. 21).
- Épingler l'envers de la dentelle sur l'endroit des ouvertures des jambes (fig. 22) et coudre au point zigzag.
- Épingler l'entrejambe et coudre (fig. 23).
- Marquer les centres de la doublure d'entrejambe (fig. 24) et épingler l'envers de la pièce sur l'envers du vêtement en faisant correspondre les centres avec les coutures.
- Fixer chaque pointe à la ressource de couture (fig. 25).

GUÊPIÈRE

Pièces du patron

G) Devant X2 H) Dos X2 I) Renfort au devant X1

PARTIE DU DESSUS

- Épingler l'envers du renfort sur l'envers du devant (fig. 26) et coudre le pourtour au point de zigzag cousu (fig. 27).
- Épingler le devant au dos (fig. 28) et coudre les côtés.
- Retourner le vêtement sur l'endroit (où le seul le zigzag est apparent) (fig. 29).

PARTIE DU DESSOUS

- Marquer les emplacements des baleines (fig. 30) au devant et au dos.
- Couper 5 longueurs de baleines recouvertes (fig. 31).
- Épingler les baleines sur les lignes de placement (fig. 32) et coudre chaque côté (fig. 33).
- Raccourcir la baleine de 2,5 cm (1") au bas et au haut de la coulisse (fig. 34) et arrondir les bouts à l'aide d'une lime à ongles (fig. 35).
- Épingler le dos au devant (fig. 36) et coudre les côtés.
- Insérer l'envers du dessous (partie avec les baleines) sur l'envers du dessus (partie avec renfort) (fig. 37) et joindre les bords vifs des ouvertures au point zigzag en prenant toutes les épaisseurs (fig. 38).
- Ouvrir le biais élastique (fig. 39) et le placer aux bords supérieurs et inférieurs de la guêpière (fig. 40) et coudre au point zigzag (fig. 41).

Merci de coudre avec Jalie

#2572 – ENGLISH
Women's Shapewear

How to choose the appropriate size:

For the brief and shorts: Use the size corresponding to your hips measurement.
For the waist cincher: Use the size corresponding to your waist 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).**

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 fabric, stretching the fabric lightly (fig. 2).

CONTROL BRIEF

Pattern pieces

A) Front X1 B) Tummy panel X1 C) Back X1 D) Crotch X1 fabric X1 lining

- Pin wrong side of tummy panel to right side of front, matching notches (fig. 3), and stitch along raw edge of panel using a three-step zigzag stitch (fig. 4).
- Pin crotch piece to back (fig. 5) and stitch.
- Pin other end of crotch piece to front (fig. 6) and stitch.

CROTCH LINING

- Pin crotch lining to wrong side of back (fig. 7) and stitch over visible seam.
- Roll front and back towards right side of crotch (fig. 8) and pin free edge of lining to the front piece as shown.
- Turn brief right side out and baste raw edges of crotch lining as shown (fig. 9).

PICOT EDGE ELASTIC AT LEG OPENINGS

- Pin picot edge elastic to right side of leg opening (fig. 10), with the picot edge facing away from the raw edge of the fabric and stitch using a medium zigzag stitch, close to the picot edge (fig. 11), and stretching the elastic to fit the opening.
- Turn the seam allowance inside so that only the picot edge shows on the right side (fig. 12) and stitch again, on right side of fabric, through all layers, using a zigzag or double-needle stitch (fig. 13).
- Pin front to back at one side seam only (fig. 14) and stitch.

ELASTIC AT WAIST

- Follow steps illustrated in figures 10 to 13 to apply elastic at waist (fig. 15 and 16).
- Pin and stitch other side seam (fig. 17).

SHAPING SHORTS

Pattern pieces

E) Front and back X2 F) Crotch lining X1 lining

- Pin front and back pieces together at center front seam, matching single notches (fig. 18), and stitch.
- Pin picot edge elastic to right side of waist, with the picot edge facing away from the raw edge of the fabric and stitch using a medium zigzag stitch, close to the picot edge (fig. 19), and stretching the elastic to fit the opening.
- Turn the seam allowance inside so that only the picot edge shows on the right side (fig. 20) and stitch again, on right side of fabric, through all layers, using a zigzag or double-needle stitch.
- Pin at center back seam and stitch (fig. 21).
- Pin wrong side of stretch lace trim to right side of leg openings (fig. 22) and stitch on right side of lace using a zigzag stitch.
- Pin at inseam and stitch (fig. 23).
- Mark crotch lining centers (fig. 24) and pin wrong side of lining to wrong side of garment, matching centers with construction seams.
- Sew points to seam allowances (fig. 25).

WAIST CINCHER

Pattern pieces

G) Front X2 H) Back X2 I) Tummy panel X1

OUTER LAYER

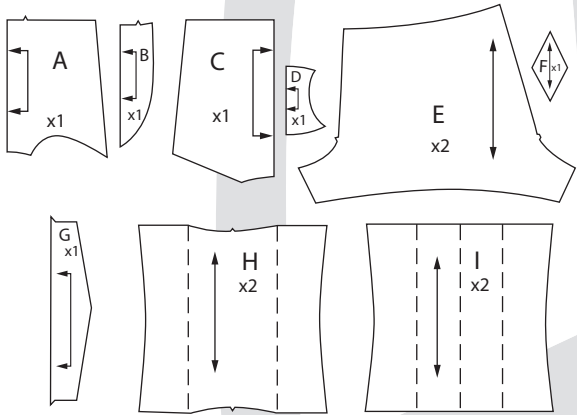
- Pin wrong side of tummy panel to right side of front (fig. 26) and stitch along raw edge using a three-step zigzag stitch (fig. 27).
- Pin front to back (fig. 28) at side seams and stitch.
- Turn outer layer right side out (only the zigzag stitch should be visible) (fig. 29).

INNER LAYER

- Mark boning placement on front and back pieces (fig. 30).
- Cut 5 covered boning pieces (fig. 31) of the same length as the garment.
- Pin covered boning to front and back, at placement lines (fig. 32), and stitch (fig. 33).
- Trim boning by 2,5 cm (1") at the top and the bottom (without cutting the casing) and file boning ends with a nail file (fig. 35).
- Pin back to front at side seams (fig. 36) and stitch.
- Insert inner layer (with boning) into outer layer (with tummy panel), wrong sides together (fig. 37), and join raw edges with a zigzag stitch through all layers (fig. 38).
- Apply foldover elastic to top and bottom openings (fig. 39) using a zigzag stitch (fig. 41).

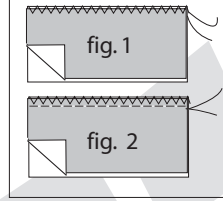
Thank you for sewing with Jalie

Pièces du patron / Pattern Pieces



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)



Légende des illustrations
Illustration shading key

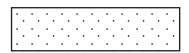
Endroit - Right side



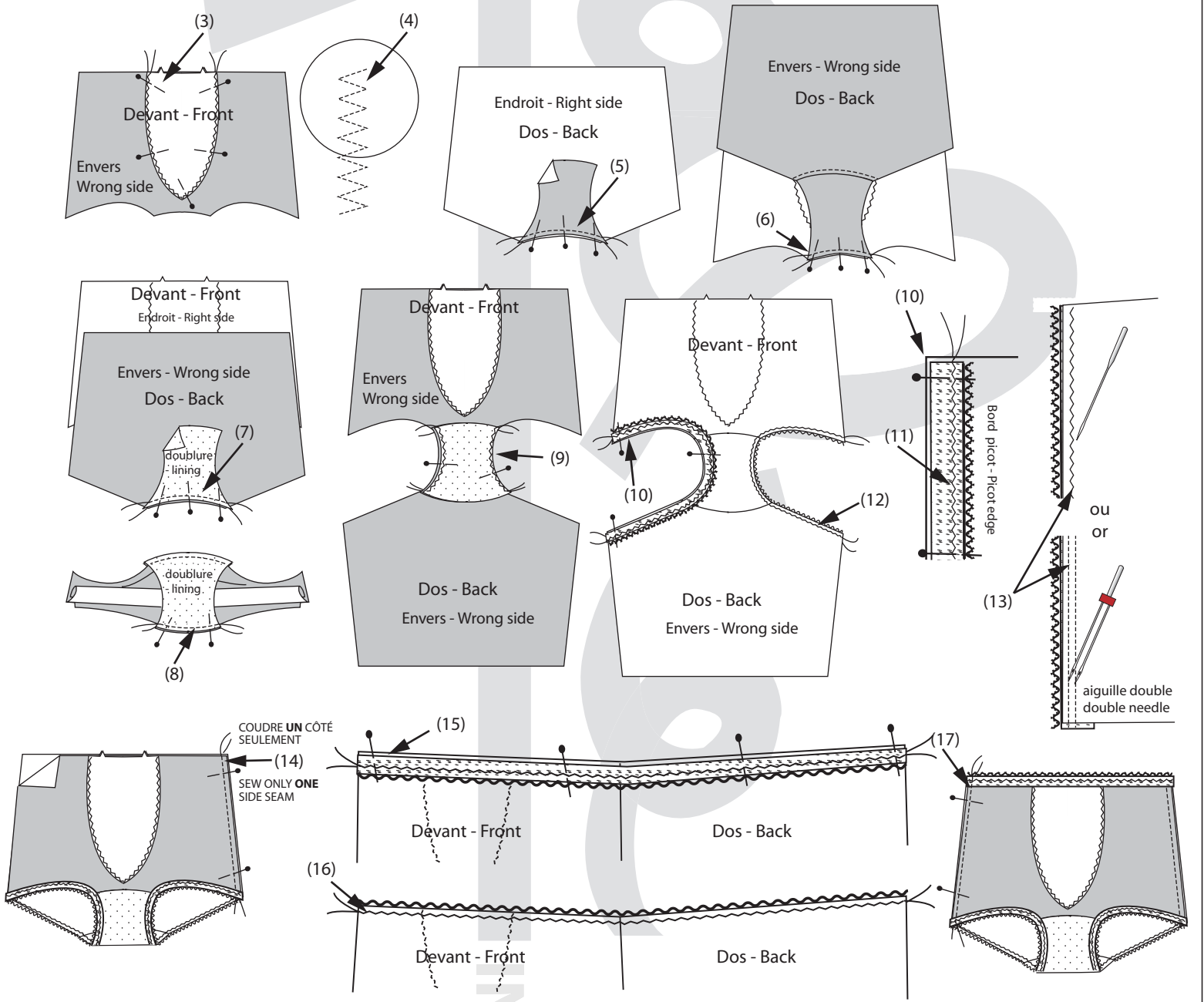
Envers - Wrong side



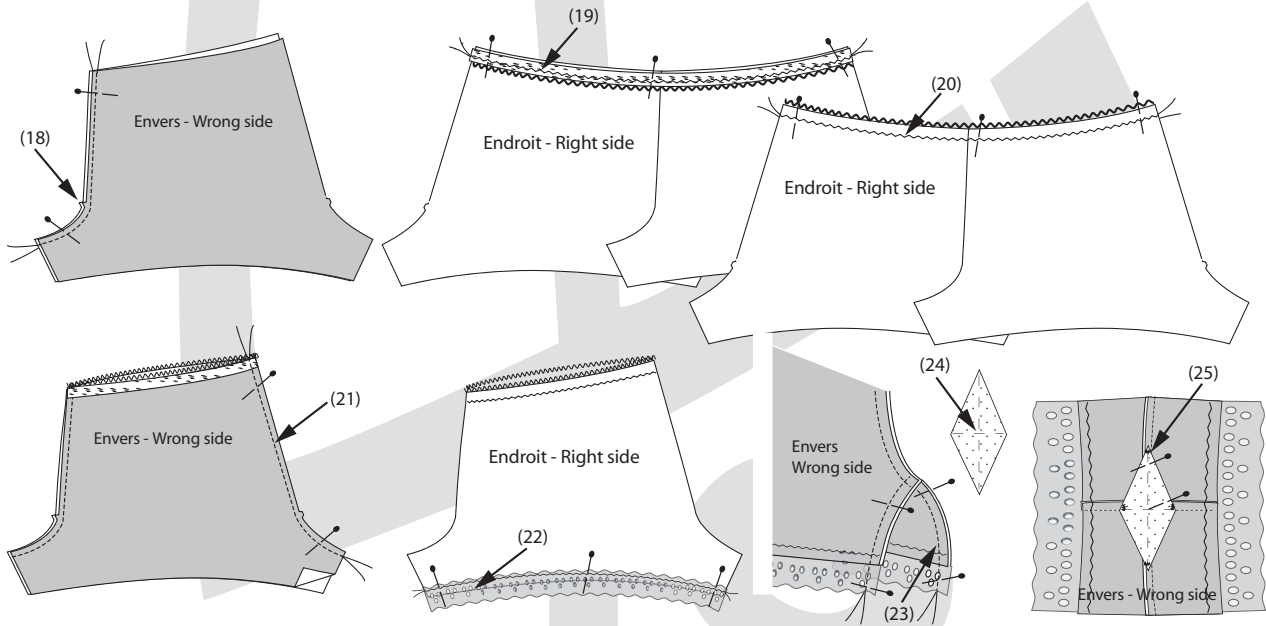
Doublure - Lining



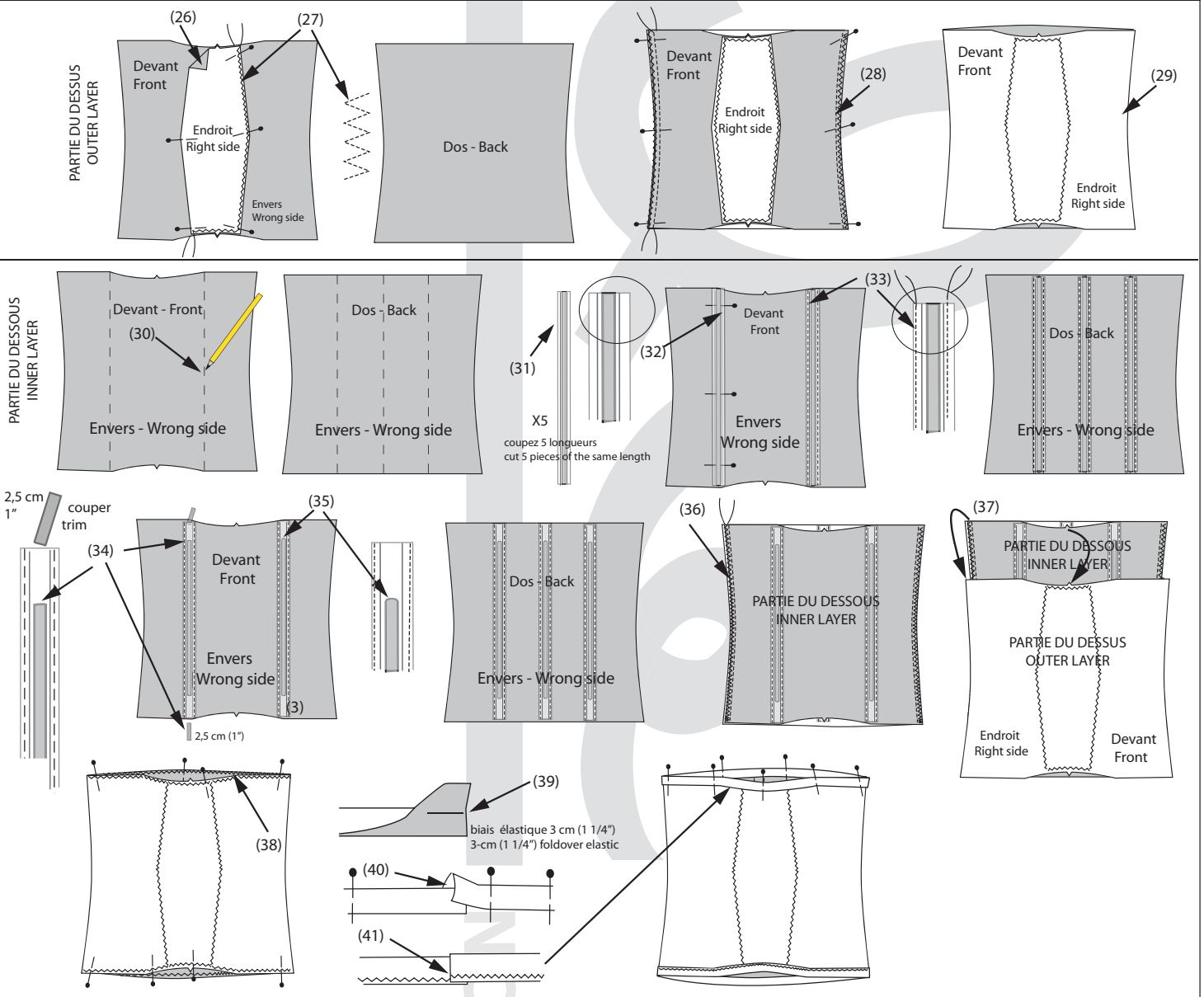
CULOTTE DE MAINTIEN - CONTROL BRIEF



SHORT DE MAINTIEN - SHAPING SHORTS



GUËPIÈRE - WAIST CINCHER



**LONGUEURS D'ÉLASTIQUES
ELASTIC LENGTHS**

**CULOTTE DE MAINTIEN
CONTROL BRIEF**

Cuisse
Leg Opening
X2

Taille
Waist
X1

Élastique TRICOTÉ 1 cm (3/8") à bord picot
1-cm (3/8") KNITTED elastic with picot edge

	cm	"	cm	"
P	37,4	14 3/4	45,3	17 7/8
Q	42,0	16 1/2	47,5	18 3/4
R	46,7	18 3/8	49,7	19 5/8
S	51,3	20 1/4	51,9	20 3/8
T	51,4	20 1/4	53,4	21
U	51,5	20 1/4	54,9	21 5/8
V	51,6	20 3/8	56,4	22 1/4
W	51,7	20 3/8	57,9	22 3/4
X	51,8	20 3/8	59,4	23 3/8
Y	51,9	20 1/2	61,0	24
Z	52,0	20 1/2	62,5	24 5/8
AA	52,1	20 1/2	64,0	25 1/8
BB	52,2	20 1/2	65,5	25 3/4
CC	52,3	20 5/8	67,0	26 3/8
DD	55,6	21 7/8	70,5	27 3/4
EE	58,9	23 1/4	74,0	29 1/8
FF	62,2	24 1/2	77,5	30 1/2

**LONGUEURS D'ÉLASTIQUES
ELASTIC LENGTHS**

**SHORT AMINCISSANT
SHAPING SHORTS**

Cuisse
Leg Opening
X2

Taille
Waist
X1

Dentelle extensible 4 cm (1 1/2")
4-cm (1 1/2") stretch lace trim

Élastique TRICOTÉ 1 cm
(3/8") à bord picot
1-cm (3/8") KNITTED
elastic with picot edge

	cm	"	cm	"
P	36,4	14 3/8	43,8	17 1/4
Q	38,0	15	45,8	18
R	39,5	15 1/2	47,9	18 7/8
S	41,1	16 1/8	50,0	19 5/8
T	42,2	16 5/8	51,3	20 1/8
U	43,4	17 1/8	52,5	20 5/8
V	44,5	17 1/2	53,8	21 1/8
W	45,7	18	55,1	21 5/8
X	46,8	18 1/2	56,3	22 1/8
Y	48,0	18 7/8	57,6	22 5/8
Z	49,1	19 3/8	58,9	23 1/8
AA	50,3	19 3/4	60,1	23 5/8
BB	51,4	20 1/4	61,4	24 1/8
CC	52,6	20 3/4	62,7	24 5/8
DD	55,0	21 5/8	65,7	25 7/8
EE	57,5	22 5/8	68,8	27 1/8
FF	59,9	23 5/8	71,9	28 1/4

**LONGUEURS
D'ÉLASTIQUES
ELASTIC LENGTHS**

**GUËPIÈRE
WAIST CINCHER**

Ouvertures
Openings
X2

Biais élastique 3 cm (1 1/4")
3-cm (1 1/4") foldover elastic

	cm	"
P	55,0	21 5/8
Q	57,0	22 1/2
R	59,0	23 1/4
S	61,0	24
T	63,0	24 3/4
U	65,0	25 5/8
V	67,0	26 3/8
W	69,0	27 1/8
X	71,0	28
Y	73,0	28 3/4
Z	75,0	29 1/2
AA	77,0	30 3/8
BB	79,0	31 1/8
CC	81,0	31 7/8
DD	85,0	33 1/2
EE	89,0	35
FF	93,0	36 5/8