

Confidence

TECHNIQUE & INSTRUCTIONS



Itala

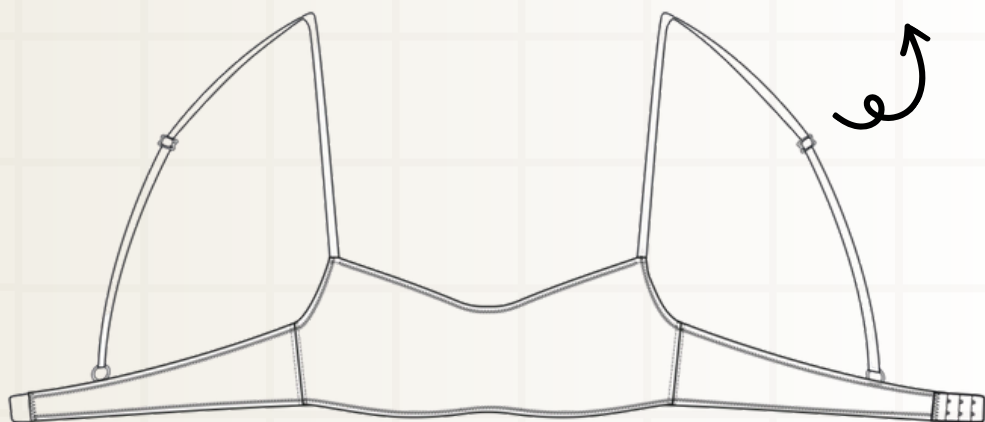
Sommaire

SCHÉMA DU MODÈLE	3
FOURNITURES	4
NOTE TECHNIQUE	5
GUIDE DES TAILLES	6
PLAN DE COUPES	9
MONTAGE	10
POSE DES ÉLASTIQUES	16

Ensemble Confiance

ANATOMIE

Brassière



culotte



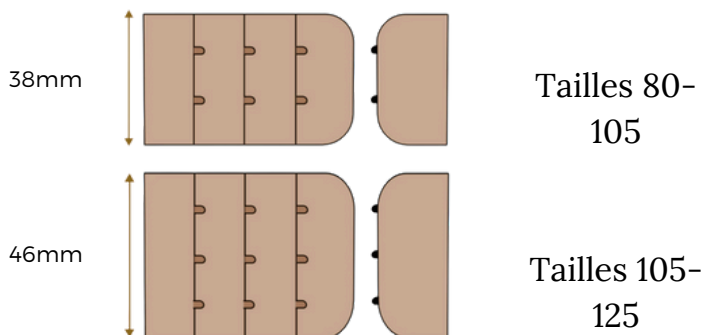
FOURNITURES

Ce modèle de soutien-gorge est conçu pour être réalisé **sans armatures** et convient aux grandes tailles. Des ajustements sont possibles pour utiliser d'autres tissus (équilibrer les élasticités).

SOUTIEN-GORGE :

- Matière principale **élastique** / 25x60cm
- Doublure en **powernet** (pour les bonnets mais possible également de doubler les bandes dos) / 25x60cm
- Bandes dos en matière principale **élastique** / 25x30cm
- **Élastique** à soutien-gorge / 2m20
- **Bretelles** élastiques 15mm / 1m
- **Régleurs** 15mm / 1 paire
- **Anneaux** 15mm / 1 paire
- **Agrafes** pour une fermeture au dos. Nous recommandons une largeur de 38mm ou 46mm pour des bonnets généreux.

AGRAFES DE FERMETURES



CULOTTE :

- Matière principale **élastique** / 80x120cm
- Patte de fond en **100% coton** / 15x15cm
- **Élastique** à picots / 2m20

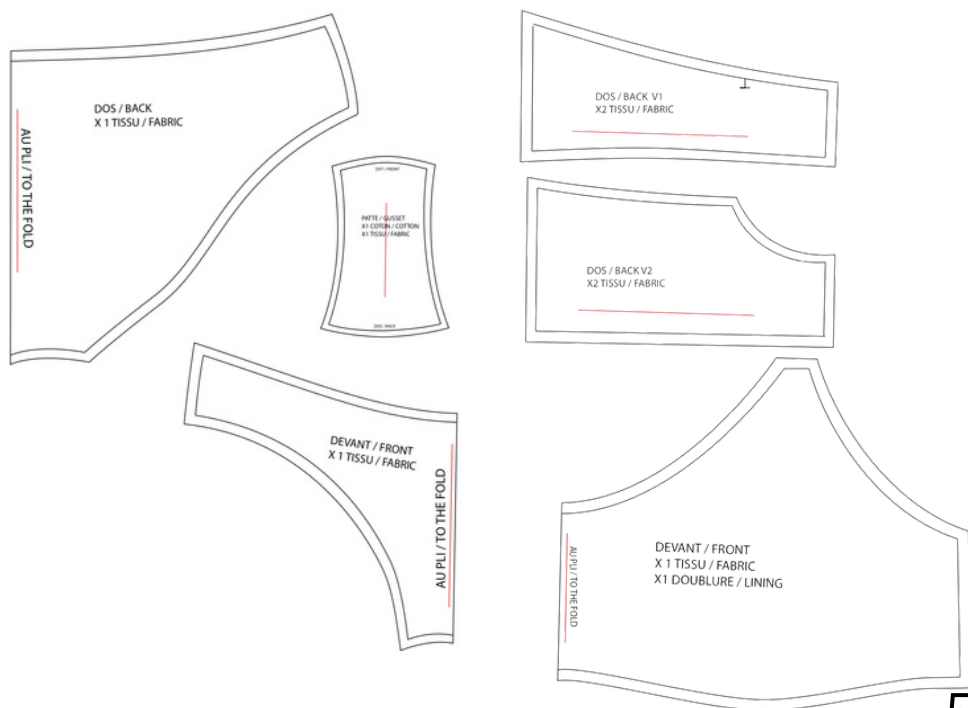
NOTE TECHNIQUE

Ce patron est taillé du **34 au 52** pour la culotte et du **80-125B tailles jumelles** pour le haut. Pour la **brassière** il y a un **dos droit** pour les plus *petites tailles* et un **dos cheminée** pour un meilleur **maintient** des *bonnets généreux*.

Les **valeurs de couture incluses** sont de 0,5cm et sont réparties comme ci-dessous.

**ASTUCE / Débutant(e) ? Ajoute un trait de surligneur aux valeurs pour arriver à 1cm et prendre le repère du pied de biche de ta machine à coudre !*

Les instructions sont prévues pour une couture en **machine à coudre traditionnelle** mais si vous disposez d'une *surjeteuse*, celle-ci pourra remplacer les divers *points d'assemblage*.



TAILLE DE SOUTIEN-GORGE

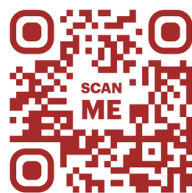
Pour trouver sa taille de soutien-gorge il vous faudra deux mesures, le tour de dos (sous la poitrine) et le volume haut (là où la poitrine est la plus volumineuse). Porter la bonne taille implique : une bande dos parallèle au sol qui ne remonte pas, l'entre-seins plaqué contre le sternum, des agrafes fermées au cran le plus large (à l'achat ou à la confection neuve) et l'armature qui contourne le sein..

Bande/ Bonnet	B	C	D	E	F	G
80	79-81	81-83	83-85	85-87	87-89	89-91
85	84-86	86-88	88-90	90-92	92-94	94-96
90	89-91	91-93	93-95	95-97	97-99	99-101
95	94-96	96-98	98-100	100-102	102-104	104-106
100	99-101	101-103	103-105	105-107	107-109	109-111
105	104-106	106-108	108-110	110-112	112-114	114-116
110	109-111	111-113	113-115	115-117	117-119	119-121

A	B	C	D	E	F	G
90	85					
95	90	85				
100	95	90	85			
105	100	95	90	85		
110	105	100	95	90	85	
115	110	105	100	95	90	85
120	115	110	105	100	95	90
125	120	115	110	105	100	95
130	125	120	115	110	105	100



Le blog sur les tailles
Tous nos conseils pratiques ici

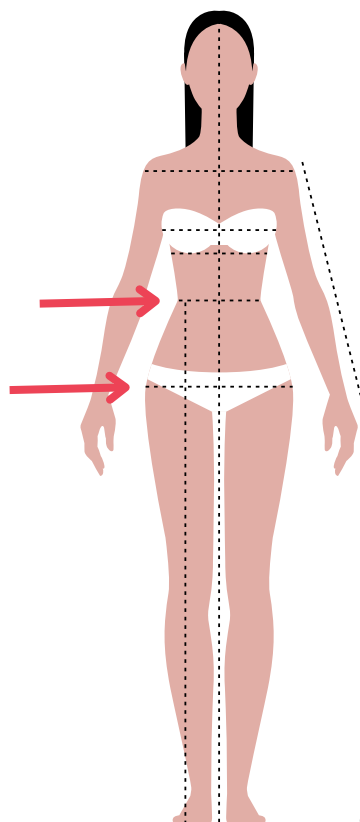


TAILLE DE CULOTTE

	Tour de taille	Tour de hanches
34	64	90
36	68	94
38	72	98
40	76	102
42	80	106
44	84	110
46	88	114
48	92	118
50	96	122
52	100	126
54	104	130

Voici le tableau de mesures pour la correspondance des tailles 34 à 54.

Les mensurations à prendre sont le tour de taille (circonférence la plus creuse) et le tour de grandes hanches (circonférence la plus volumineuse).



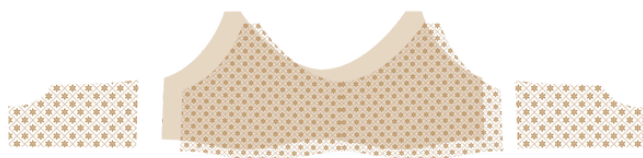
ÉTAPES DE DÉCOUPE

1

Notre soutien-gorge est composé d'**une pièce principale** et de **deux bandes dos**. (Couper une pièce principale supplémentaire en **powernet** pour une doublure à meilleur maintien.)

Couper 1x le centre dans la **matière principale** en positionnant le **patron au pli** et 2x la bande dos dans le **powernet**.

pli



2

La culotte comporte quatre pièces : **l'avant, l'arrière, une patte en matière élastique** et **une seconde patte en 100% coton**.

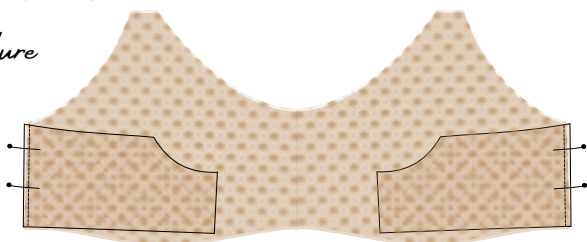
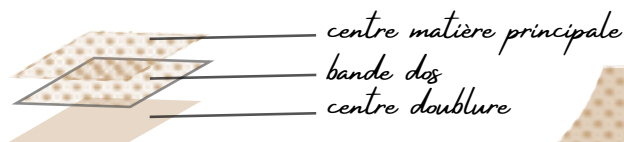
L'avant et l'arrière sont également à couper **au pli**.



ÉTAPES DE MONTAGE - SOUTIEN-GORGE

1

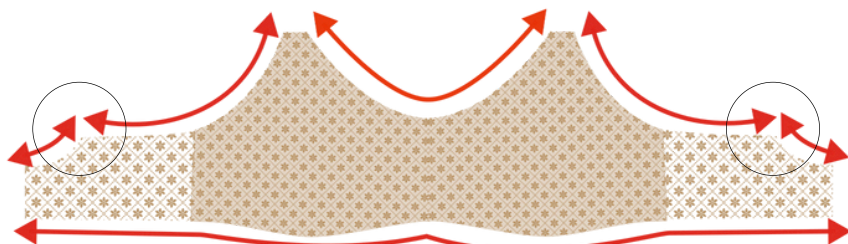
Monter en **fourreau** les bandes dos avec les centres : Centres **endroit contre endroit** avec les bandes dos prises en **sandwich** afin de dissimuler les coutures d'assemblage. Coudre au point droit à 0,5cm du bord. **Retourner** l'ensemble.



2

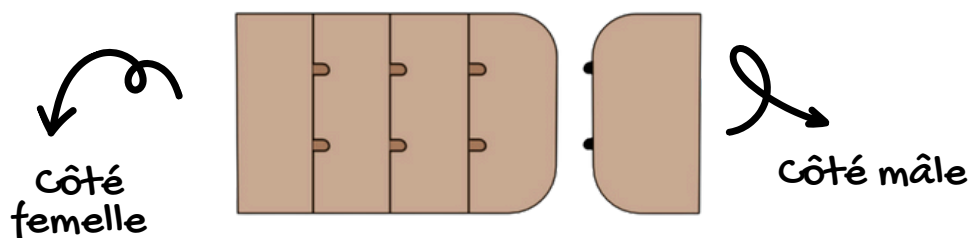
Poser les **élastiques** selon ce schéma. Les **flèches** correspondent aux **élastiques festonnés**. Dans le cas du **dos cheminée** ci-dessous, laisser dépasser environ 3cm d'élastique sur l'endroit indiqué afin d'insérer des anneaux à l'étape suivante.

(Voir page 16 pour les instructions de pose.)



Dans les cas d'un dos droit, un seul élastique suffit pour relier la pointe du bonnet jusqu'à l'emplacement des agrafes.

ÉTAPES DE MONTAGE - AGRAFES



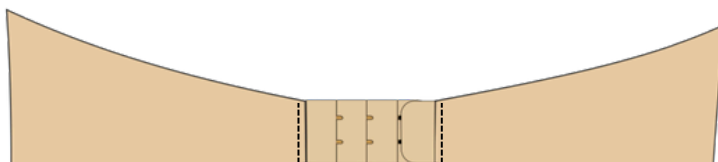
Les **agrafes** se placent sur les **extrémités des bandes dos** de façon à **se rejoindre, correspondre** et donc se fermer.

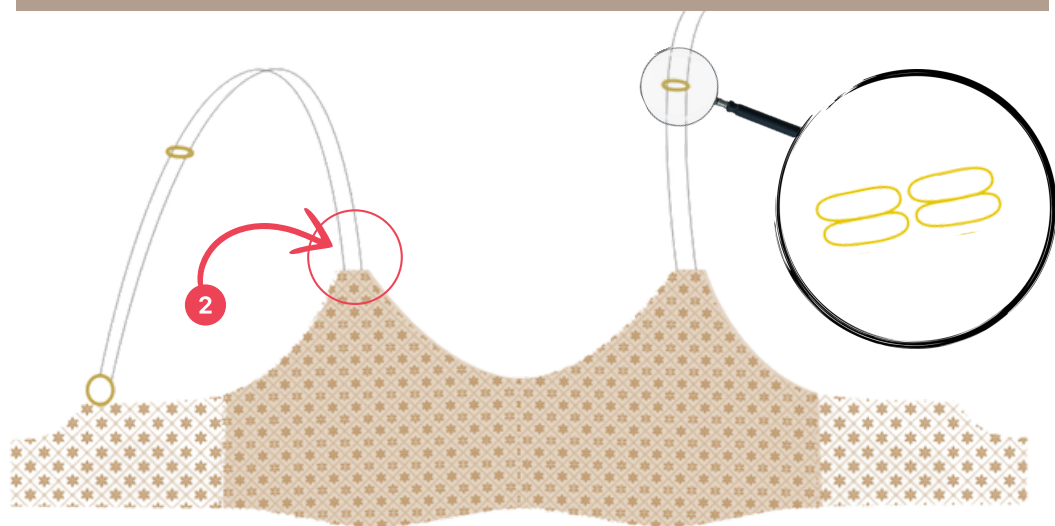
On peut définir le côté à associer à la bande dos *selon ses préférences*. Habituellement dans le prêt-à-porter, la partie femelle est à gauche et la partie mâle à droite.

Le côté **femelle** se positionne **endroit vers le ciel** et le côté **mâle** **endroit vers le dos**, de manière à *s'accrocher ensemble*.

Chaque pièce est faite pour prendre en "**sandwich**" le tissu. Coudre au point droit. Effectuer *deux coutures* pour plus de sécurité.

*La partie **mâle** se **plie sur elle-même**.





INSTRUCTIONS POUR UN DOS CHEMINÉE

1

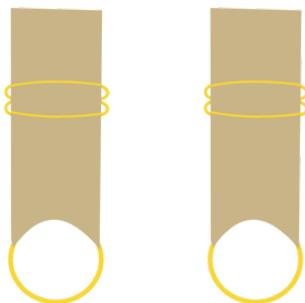
Coudre deux *bandes* de 40cm chacune **endroit contre endroit** sur les **bonnets** au point droit. **Rabattre** sur l'intérieur et **surpiquer**.

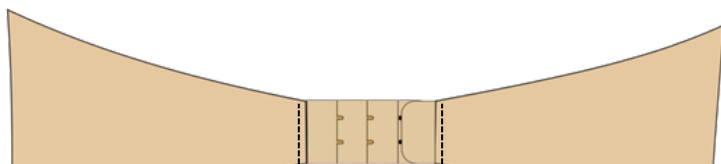
2

Passer les anneaux dans les *boucles* d'élastique laissés au préalable. Rabattre le surplus d'élastique sur l'intérieur et coudre au point zigzag.

3

Passer chaque *bande* à l'**intérieur des deux boucles du régléur**, faire passer **dans l'anneau de l'extérieur vers l'intérieur**. Repasser à nouveaux dans les **deux boucles du régléur** en chemin **inverse** et coudre la bande **sur elle-même** en **zigzag**.





INSTRUCTIONS POUR UN DOS DROIT

1

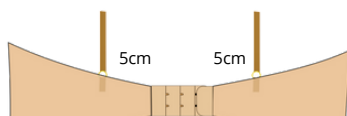
Couper **deux morceaux** de **bretelle** de *5cm chacun* et **deux bandes** de *40cm chacune*.

2

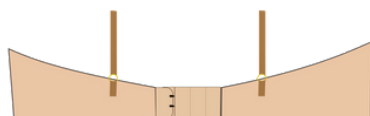
Comme pour le dos cheminée, coudre les *bandes* **endroit contre endroit** sur les **bonnets** au point droit. **Rabattre** sur l'intérieur et **surpiquer**.

3

Replier les 2 morceaux de 5cm sur eux-mêmes en passant l'*anneau* dans la *boucle*. Coudre sur l'intérieur à **5cm de part et d'autre des agrafes** de fermeture au point zigzag.



Endroit



Envers



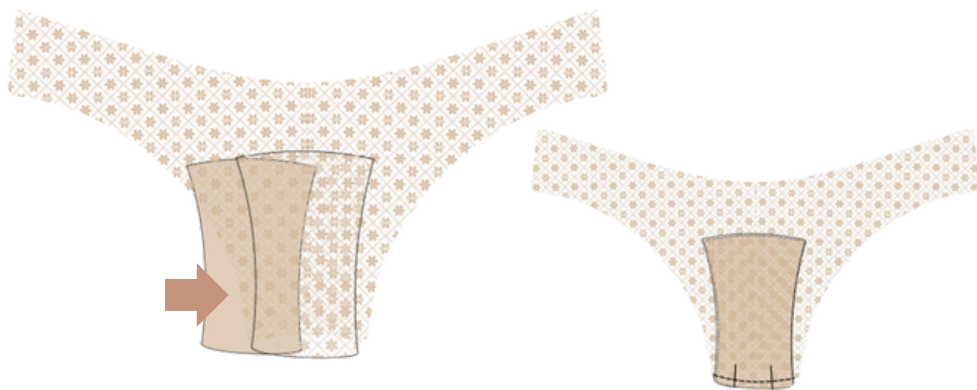
4

Passer la *bande* à l'**intérieur des deux boucles du régléur**, faire passer **dans l'anneau de l'extérieur vers l'intérieur**. Repasser à nouveaux dans les **deux boucles du régléur** en chemin **inverse** et coudre la bande **sur elle-même** en **zigzag**.

ASSEMBLAGE - CULOTTE

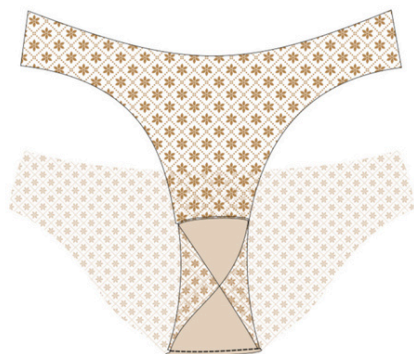
1

Joindre l'**avant** pris en **sandwich** par les **parties centrales** : **endroit contre endroit** avec la *matière principale* et le **coton** au dessous. Coudre au point droit à 0,5cm du bord.



2

Ajouter la partie **arrière** aux **pièces centrales** toujours **endroit contre endroit** avec la *matière principale*. Pour dissimuler les coutures ainsi effectuant une "**torsade**" du centre en coton. Coudre au point droit à 0,5cm du bord.



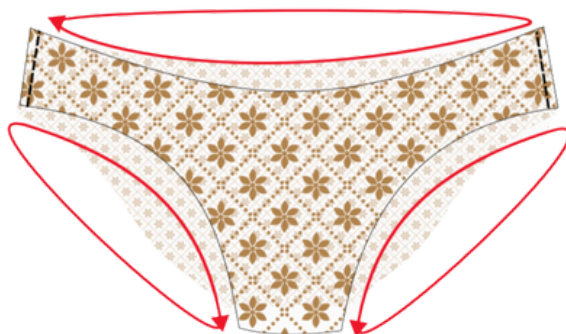
3

Joindre **endroit contre endroit** les parties **avant** et **arrière** sur les *hanches*. Coudre au point droit à 0,5cm du bord. **Rabattre** la couture et **surpiquer** au point droit.



4

Poser les **élastiques** de **cuisse** et de **taille** selon le schéma. (Voir page suivante pour la technique de pose).





1



Positionner l'élastique à l'envers contre l'endroit de notre ouvrage, le long du bord.

Effectuer une légère tension vers soi afin que l'élastique ne soit pas relâché. Mais attention à ne pas trop serrer non plus !

💡 Il s'agit d'un coup de main à prendre à force d'exercice et donc il faudra simplement s'exercer. :)

Coudre au point zig zag au plus près du picot (ou feston) sans le toucher (à gauche sur notre illustration).



2

Rabattre l'élastique à l'intérieur de l'ouvrage pour ne laisser apparaître que le picot (ou feston).

Effectuer une nouvelle couture au point zig zag ou zig zag pointillé pour une finition plus jolie, cette fois-ci du côté du bord de l'élastique afin de le fermer.

Flash ce QR code avec la caméra de ton téléphone pour accéder à une vidéo tutoriel sur la pose d'élastiques :



Un premier pas dans la lingerie
pour une vie de confort et de toute
beauté !

Place à votre créativité et à la
confiance en vous ..

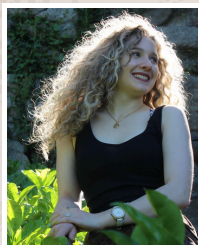
Petit à petit et de fil en
diguile, de mieux en mieux !



Itala 

Itala lingerie

Au cœur de la Bourgogne est niché notre petit atelier de lingerie. Une passion pour la couture que je partage avec ma grand-mère Itala et que nous appliquons à transmettre. En opposition à la lingerie du commerce que nous trouvons non représentative et bien dépourvue de personnalité, nous vous proposons de quoi créer la vôtre selon vos envies et vos besoins. Cours et ressources disponibles en ligne sur www.italalingerie.fr



Flavie

Fondatrice de la mercerie Itala Lingerie, co-réalise ce patron (avec amour) avec Fanélie, modéliste et styliste spécialisée en lingerie.