

## Pumphose/Haremshose nähen

Pumphosen oder Haremshosen sind sehr trendig, bequem und fix genäht. Die folgende Anleitung zeigt euch, wie ihr so eine coole Pumphose schnell und einfach selber nähen könnt. Das Schnittmuster einer solchen Hose sollte vorhanden sein. Seid ihr bereits etwas mutiger beim Nähen, dann könnt ihr auch von einer bequemen Jogginghose den Schnitt abnehmen und einfach den Schritt etwas großzügiger zuschneiden.

**Die Anleitung ist für Nähanfänger geeignet.**

Eine Pumphose wird meistens aus Jersey oder Sweatstoffen genäht, dünne Baumwollstoffe sind aber auch möglich (schneidet dann bitte eine Nummer größer zu, damit die Hose gut fällt). Bei der Hose sind einige Arbeitsschritte optional und können somit auch weggelassen werden, z.B. seitliche Taschen oder Kordel im Taillenbündchen.

### Schnittteile zuschneiden und vorbereiten



Schneidet alle Teile gemäß eurem Schnittmuster zu, beachtet dabei den Fadenverlauf und evtl. auch das Stoffmuster. In der Regel habt ihr folgende Schnittteile:

- Zwei vordere Hosenbeine und zwei hintere Hosenbeine (bitte gegengleich zuschneiden), ihr könnt die Hosenbeine auch im Bruch zuschneiden, dann entfällt die mittige Naht im Schritt, aber ihr habt auch wesentlich mehr Stoffverbrauch
- Zwei Taschen auch gegengleich zugeschnitten (Taschen sind optional)
- Bündchen für die Taille
- Zwei Bündchen für den Beinabschluss
- Kordel und Ösen (optional)

Übertragt alle Markierungen von eurem Papierschnittmuster auf den Stoff. Diese müsst ihr unbedingt beachten, denn sie sollten beim Nähen genau aufeinander treffen. Solche Markierungen könnt ihr mit kleinen Knipsen, Stecknadeln oder auch Schneiderkreide setzen.



In der Regel sind am späteren Hosenbund kleine Abnäher in eurem Schnittmuster eingezeichnet (spitz eingeschnittene Dreiecke). Diese schneidet ihr sauber mit einer scharfen Schere ein. Danach werden die Abnäher rechts auf rechts gelegt und mit einem Geradstich zusammengenäht. Versiegelt die Naht in der Spitze gut. **TIPP:** Verwendet eine Jerseynadel und eine Stichlänge von drei Zentimetern.

#### Nähen der Taschen (optional)

So eine Pumphose sieht besonders mit zwei seitlichen Taschen lässig aus. Wenn in eurem Schnittmuster keine Taschen vorgesehen sind, dann könnt ihr sie schnell selber aufzeichnen. Einfach einen großen Teller als Vorlage nehmen, auf den Stoff zeichnen und dann mittig durchschneiden. So erhaltet ihr zwei halbrunde Taschen. Mit einem kleineren Teller habt ihr eine Vorlage für die Eingriffe der Taschen. Legt den kleineren Teller wie gewünscht auf die halbrunde Tasche, zeichnet auf und schneidet zu.

Wollt ihr keine Taschen an der Pumphose? Dann könnt ihr diesen Schritt auslassen und gleich zum nächsten übergehen.



Ihr braucht zwei gegengleich zugeschnittene Taschenteile (damit die Tasche innen hübsch aussieht). Legt die Teile rechts auf rechts aufeinander und steckt sie etwas fest. Näht die langen Seiten (hier mit Clips festgesteckt) mit der Overlock oder einem Overlockstich (oder Zickzackstich) eurer Nähmaschine zusammen. Oben und die kurzen Seiten unten können offen bleiben, sie verschwinden später in einer anderen Naht.



So sehen die Taschen positioniert auf der Vorderseite auf. Ihr könnt farblich je nach Geschmack Akzente setzen oder in der Hosenfarbe bleiben.



Wendet die eben genähten Taschen und bügelt (Achtung: nicht zu heiß) die Näh aus, damit die Form gut heraus kommt.

### Nähen der Hose

Im nächsten Schritt werden die beiden Vorderteile der Hose zusammen genäht.  
HINWEIS: Solltet ihr die Hosenbeine im Bruch zugeschnitten haben, braucht ihr den Schritt nicht mehr zu nähen.



Legt beide Vorderteile rechts auf rechts aufeinander, steckt sie euch etwas fest und näht sie wieder mit einem Overlockstich oder der Overlock zusammen. Genauso werden die beiden hinteren Teile zusammengenäht. Näht wirklich nur den Schritt zusammen und achtet darauf den Jersey-Stoff nicht zu ziehen. Wenn ihr doch ein paar Dellen in der Naht habt, bügelt die Naht und schon sind sie verschwunden.



Jetzt legt ihr die genähten Taschen in gewünschter Position auf das Vorderteil und steckt sie fest. *Wichtig:* Oben und seitlich müssen die offenen Nähte der Tasche entweder genau mit dem Stoff der Hose abschließen oder etwas überstehen, damit sie auch gut in der anderen Naht eingefasst werden.



Danach näht ihr die Taschen auf die Hose. Hierzu könnt ihr einen Zierstich oder einen Geradstich verwenden. Achtung: Nicht den Tascheneingriff zunähen!

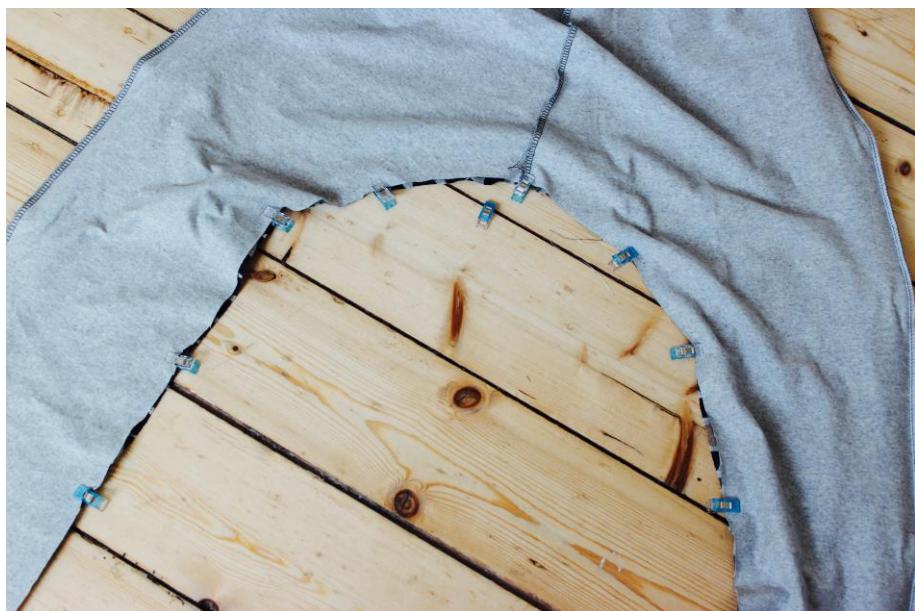
Für Verzierungen, Applikationen, Bügelbilder oder Label ist nun der richtige Zeitpunkt. Lasst eurer Kreativität freien Lauf. Man kann auch seitlich zwischen die Hosenbeine einen Lederstreifen oder einen Jerseystreifen setzen.



Jetzt schließt ihr die seitlichen Hosennähte. Legt Vorderteil und Hinterteil rechts auf rechts aufeinander, steckt wieder etwas fest oder klammert und ab damit unter die Maschine.



Näht langsam, immer Stück für Stück und kontrolliert ob die Stoffteile (und evtl. die Taschen) gut eingefasst werden.  
Beachtet eure gesetzten Markierungen oder Knipse, sie müssen genau aufeinander treffen.  
Der Jersey darf auch hier wieder nicht gezogen werden.



Wenn beide Seitennähte geschlossen sind, wird die Naht im Schritt gearbeitet. Beginnt von der Mitte mit dem Zusammenstecken, sodass die mittlere Schrittnaht des Vorderteils genau auf die mittlere Schrittnaht des Hinterteils trifft. Nun geht es wieder an die Nähmaschine. Näht die Naht in einem durch. Jetzt könnt ihr die Hose wenden und siehe da: Sie ist schon als solche erkennbar.....Zeit, sich auf die Schulter zu klopfen!

### Nähen der Bündchen



Ihr habt es fast geschafft. Im letzten Schritt werden die Bündchen in der Taille und am Beinabschluss genäht. Legt die zugeschnittenen Teile rechts auf rechts aufeinander und näht sie seitlich zu. Die rechte Seite beim Bündchenstoff ist nicht immer genau zu erkennen- das ist aber nicht schlimm, man kann kaum einen Unterschied sehen. Denkt bitte daran: Bündchenstoff dehnt sich sehr. Haltet euch also an die Angaben im Schnittmuster und messt bei euch in der Taille nach.



Faltet alle genähten Bündchen nun links auf links. Die Naht liegt innen und ist nicht mehr sichtbar. Zuerst näht ihr das Taillenbündchen an.



Markiert euch mit Stecknadeln oder Klemmern beide Seiten sowie die vordere und hintere Mitte. Dieser Schritt ist für das spätere Annähen des Bündchens sehr wichtig.  
*Optional könnt ihr an dieser Stelle noch eine Kordel und Ösen anbringen.*



Das Bündchen wird rechts auf rechts über die Hose gestülpt. Hier müssen alle Markierungen aufeinander treffen. Seitennähte der Hose treffen auf die Seiten vom Bündchen und die mittleren Hosennähte im Schritt treffen genau auf die Mitte vorn und hinten im Bündchen. Da das Bündchen kleiner ist, sieht es erst mal etwas „wurschtelig“ aus, ist aber richtig so. Beim Annähen müsst ihr das Bündchen nun etwas dehnen, immer Stück für Stück.



Beginnt seitlich und näht immer ein Stück bis zur Klammer oder Nadel. Der Hosenjersey liegt unten und das zu dehnende Bündchen oben. Zieht das Bündchen lang, bis beide Stoffe glatt aufeinander liegen und näht. So arbeitet ihr euch schrittweise vor. Insgesamt dehnt ihr das Bündchen viermal, dann wird es ganz gleichmäßig.



Genauso werden die Bündchen am Beinabschluss angenäht. Die Naht des Bündchens liegt dabei innen auf der Naht der Hose. Hier braucht ihr nur zwei Markierungen, das reicht aus. Nun schlägt ihr die Bündchen um und eure neue Hose ist fertig.



Das war doch gar nicht so schwer! Viel Spaß beim Tragen.

