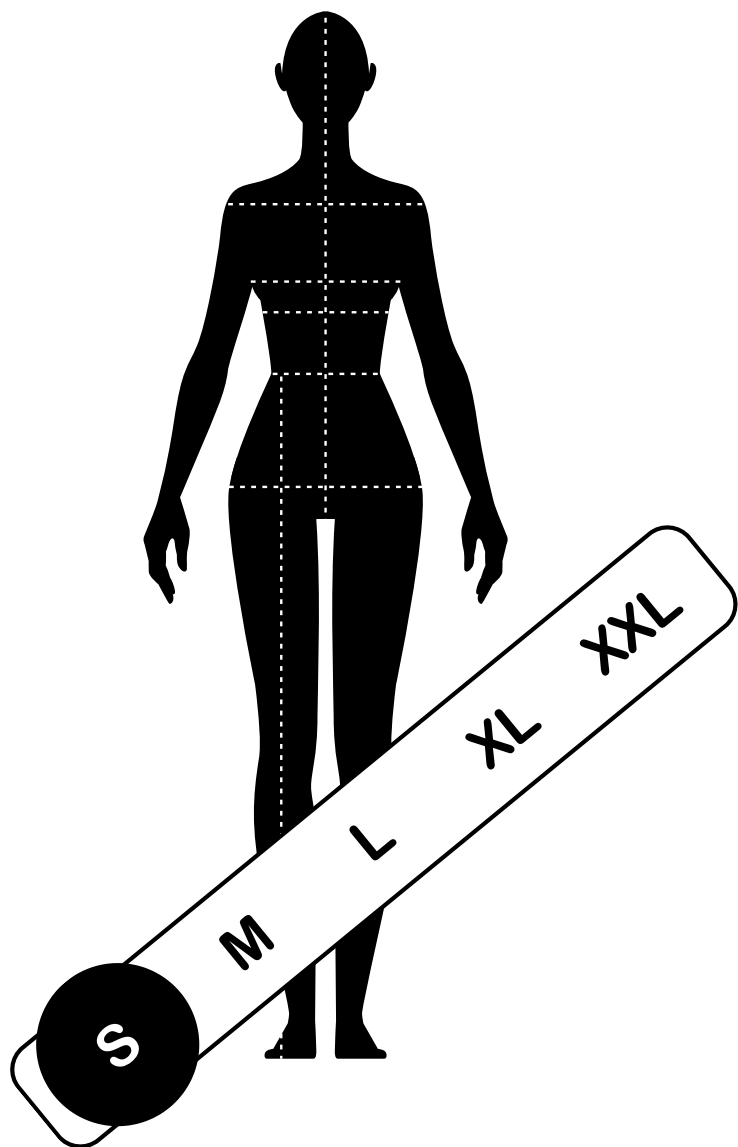


E-BOOK

JAK ZJISTIT SVOJE MÍRY A JAKOU VELIKOST ZVOLIT



- Pravidla měření
- Základní tělesné míry
- Časté chyby měření
- Jak číst tabulku
- Přídavek na volnost

ÚVOD

Správná velikost je základ. A ne, nestačí říct „běžně nosím M“.

Střihy – stejně jako značky v obchodech – se často liší tabulkou velikostí, rozměry i střihem samotným. Proto v šití platí jednoduché pravidlo: rozhodují míry, ne cedulka na tričku.

V tomto e-booku se naučíme, jak si jednoduše a přesně změřit postavu, a hlavně jak míry přenést do výběru střihu. Ukážeme si, co dělat, když se nevejdeme do jedné konkrétní velikosti (a že to je úplně normální) nebo jak si vybrat tu správnou variantu střihu pro svou postavu.

Protože když střih dobře sedí hned na začátku, šije se s větší radostí – a taky s menší pravděpodobností, že projekt skončí v šuplíku.

POMŮCKY K MĚŘENÍ

- Krejčovský metr – ohebný textilní nebo plastový metr
- Zrcadlo – nejlépe celé, aby byla vidět celá postava
- Pohodlné oblečení – ideálně spodní prádlo nebo přiléhavé oblečení
- Pomoc druhé osoby (doporučeno) – měření je tak přesnější a rychlejší

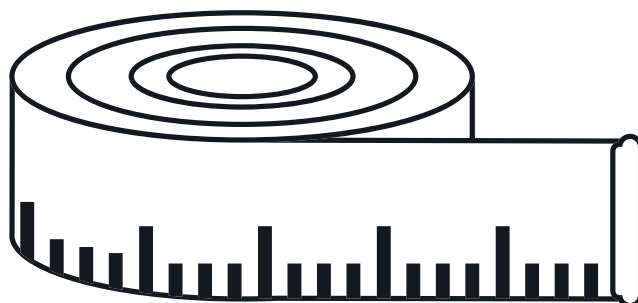
Pomoc druhé osoby

Měření s pomocí druhé osoby je mnohem přesnější, pohodlnější a rychlejší, zejména pokud se jedná o začátečníky.

Když se člověk měří sám, může být obtížné držet metr rovně na zádech, kontrolovat výšku měření nebo si správně zafixovat bod měření.

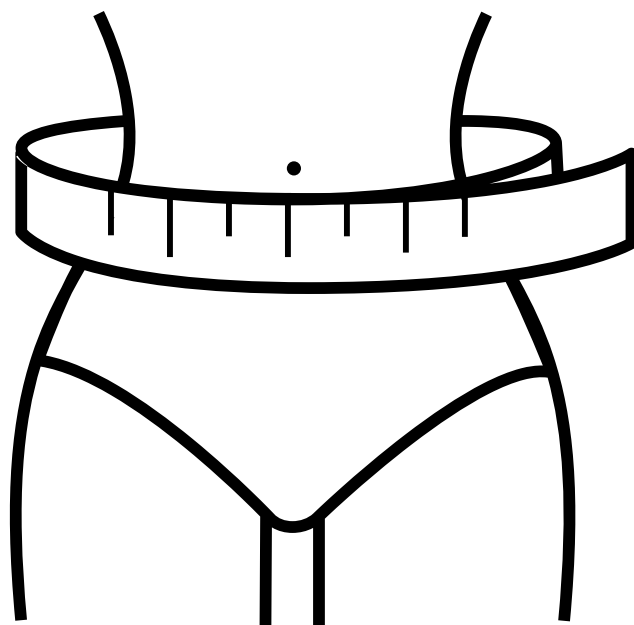
Pomocník může:

- Udržet metr v přesné vodorovné poloze (hlavně na zádech a bocích)
- Zajistit, že metr není křivý nebo překroucený
- Zkontrolovat správné umístění metru podle návodu



ZÁKLADNÍ PRAVIDLA

- Měříme se ve vzpažené, rovné a uvolněné pozici. Nestojíme napjatě
- Neměříme přes mikinu nebo volné tričko – volné oblečení zkresluje výsledky.
- Metr by měl být natažený, ale ne zařiznutý. Neměl by škrtit ani viset volně.
- Pokud chceme vědět své aktuální míry pro šití, měříme se pravidelně, alespoň každé 2–3 měsíce – tělo se přirozeně mění.
- Pro určení přirozeného pasu si můžeme uvázat tenký provázek kolem pasu – sám se usadí na to správné místo.

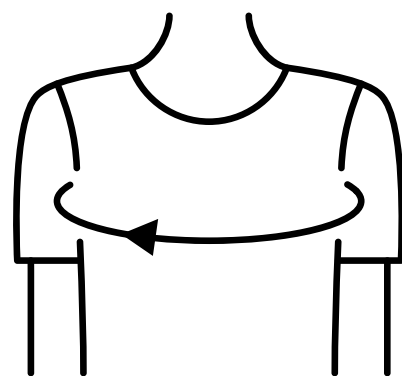


ZÁKLADNÍ MÍRY A JAK JE ZMĚŘIT

OBVOD HRUDNÍKU

Co měříme: Nejširší místo přes prsa (u žen) nebo hrudník (u mužů).

- Metr vede vodorovně, přes nejvýraznější bod hrudníku.
- Na zádech musí být metr ve stejné výšce jako vpředu.
- Volně dýcháme, nestahujeme se.

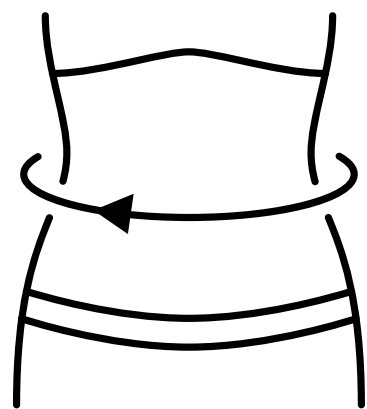


Tip: U žen s větším poprsím je lepší měřit v podprsence, kterou běžně nosí (ne push-up).

OBVOD PASU

Co měříme: Nejužší místo trupu mezi hrudníkem a boky.

- Je to přirozený pas, většinou v úrovni pupíku nebo mírně nad ním.
- Pokud si nejsme jistí, kde pas je, použijeme provázek – přirozeně se usadí.
- Nestahujeme břicho – měříme ve výdechu, v přirozené poloze.

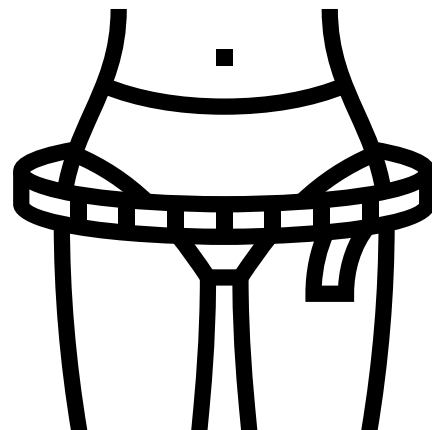


Tip: Nikdy neměříme pas tam, kde máme gumu u legín – často je to níž než skutečný pas.

OBVOD BOKŮ

Co měříme: Nejširší místo přes hýždě a horní část stehen.

- Metr vede vodorovně kolem celého těla.
- Je to nejplnější místo přes zadek, ne boky v pase!
- Doporučuje se otočit se do boku před zrcadlo, abychom viděli, jestli je metr rovně.



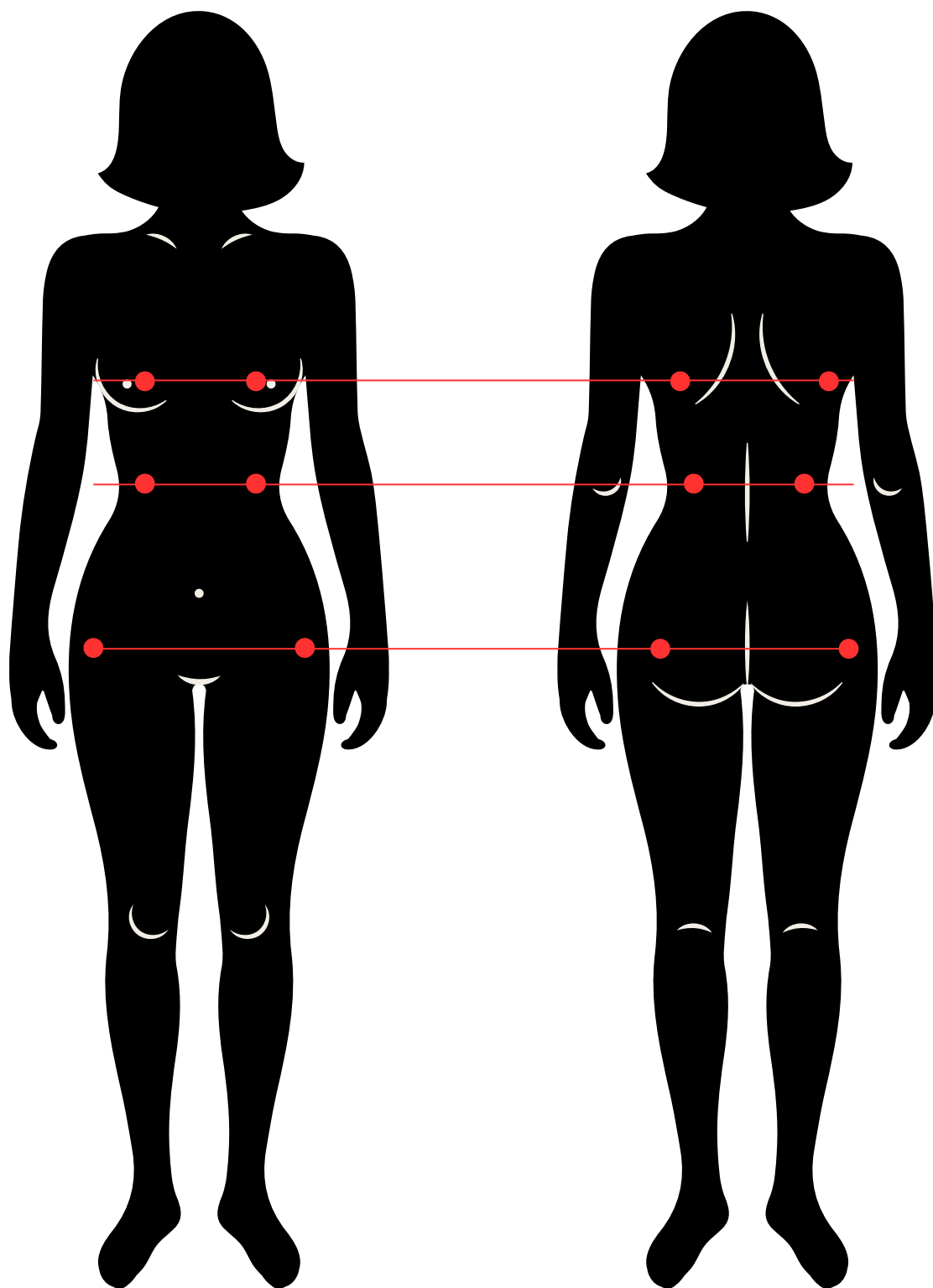
Tip: U některých postav je třeba změřit boky i na více místech a vybrat největší obvod – šijeme pro nejširší místo.

NEJČASTĚJŠÍ CHYBY



- Měříme přes volné oblečení – to zkresluje výsledek
- Metr je křivě (zejména přes záda nebo boky)
- Měříme se staženě – zadržování dechu, zatažené břicho
- Záměna pasu a boků (pas je výš, boky níž)
- Příliš utažený nebo naopak volný metr

ZÁKLADNÍ BODY



KONFEKČNÍ VELIKOSTI

V obchodech jsme zvyklí nosit nějakou „naši velikost“. Jenže každá značka má trochu jinou tabulku a konfekce často počítá s průměrnou postavou.

Ve světě střihů ale:

- se velikosti liší značku od značky
- jsou střihy navrženy s různým přídavkem na volnost (tzv. ease)
- existují různé typy postav, které konfekce neřeší

Příklad:

V obchodě nosíme velikost 38, ale podle střihu může naše velikost vycházet jako 42 – a to je naprosto v pořádku!



JAK ČÍST TABULKU VELIKOSTÍ

Každý střih by měl obsahovat tabulku velikostí.

Najdeme v ní základní míry, které slouží k výběru – obvykle:

- obvod hrudníku
- obvod pasu
- obvod boků

POSTUP

1. Vezmeme si svoje míry (Jak zjistit svoje míry najdeme v e-booku č.1)
2. Najdeme v tabulce, ke které velikosti tyto míry odpovídají
3. Pokud spadáme mezi dvě velikosti – čteme dál níže.

NEZVOLÍM ŠPATNĚ?

Je to naprosto normální obava – zvláště na začátku.

Co nám pomůže:

1. Zkontrolujeme si míry ještě jednou
2. Pokud máme papírový střih, přiložíme si ho na tělo
3. Ušijeme zkušební model (tzv. toile) z levného materiálu

SPADÁME DO VÍCE VELIKOSTÍ

Tohle je velmi běžné – málokdo odpovídá jedné velikosti ve všech třech mírách.

Příklad:

- Hrudník = velikost 40
- Pas = velikost 42
- Boky = velikost 44

POSTUP Č. 1

Zvolíme velikost podle klíčové míry a zbytek střihu upravíme.

- U horního dílu (halenka, šaty, top) se řídíme obvodem hrudníku
- U kalhot a sukní se řídíme obvodem boků

Jak upravit střih se dozvíte v dalším e-booku.

POSTUP Č. 2

Pokud máme zkušenosti, můžeme vzít střih, kde jsou vyznačené křivky všech velikostí a nakreslit si vlastní křivku, která přechází z jedné velikosti do druhé (např. boky 44, pas 42, hrudník 40)

Děláme to postupným spojením linií jednotlivých velikostí.

PŘÍDAVEK NA VOLNOST

Střihy nejsou vždy „na tělo“. Návrhář může do střihu přidat tzv. přídavek na volnost, což je prostor navíc pro pohodlí, pohyb a styl.

Např.:

- Upnuté tričko má malý přídavek (0–2 cm)
- Oversize halenka má větší přídavek (i 10 cm)

Proto se neděsíme, když velikost střihu vypadá větší než bychom čekali – je potřeba vědět, jaký typ střihu šijeme.

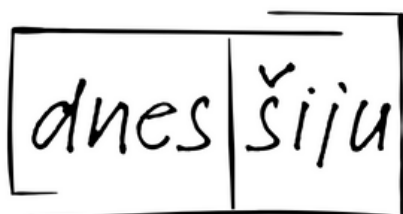




Tento e-book vytvořila Tereza Ehrenbergerová - autorka střihů Dnes šiju. Věnuje se praktickému šití pro začátečníky, zaměřuje se na jednoduchost, pochopitelnost a radost z tvorby.

Tento materiál je autorským dílem a je určen výhradně pro osobní potřebu čtenáře. **Jakékoli šíření, kopírování, úpravy nebo další komerční využití bez písemného souhlasu autora jsou zakázány.**

Děkuji, že respektujete mou práci a pomáháte udržovat férové prostředí mezi tvůrci.



www.dnessiju.cz

dnessiju@dnessiju.cz

Najdete nás také na Facebooku a Instagramu.