

# Nuaris, le soutien gorge

## Matériel nécessaire :

- 2 mains (jusque là tout est normal)
- une machine à coudre (ou de la patience)
- des aiguilles stretch en 75 (au mieux)
- du fil mousse (c'est le plus doux)
- des épingles à couture

## Temps :

Environ 2h pour le monter, 30s pour l'enfiler, 1/4 de seconde pour l'adopter.

## Fournitures :

- Dentelle en bande 21 cm : 65 cm
- Elastique 10 mm : 1,30 m
- Elastique 15 mm : 1,45 m
- Biais élastique : 15 cm
- Attache métallique : 1

Difficulté : 

Point technique : Tu retrouveras sur le blog [www.nuantinebidouille.jimdo.com](http://www.nuantinebidouille.jimdo.com) le tutoriel de montage en vidéo ainsi que des astuces couture. Le symbole  représente une étape technique expliquée en détail sur le blog.

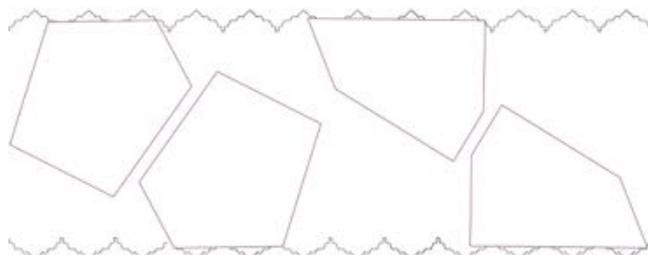
Toutefois s'il te venait l'envie d'arracher ton ouvrage sous ton pied presseur, n'hésite pas à me joindre via [creative.workshop31@gmail.com](mailto:creative.workshop31@gmail.com) et on trouvera une solution ensemble !

Tout d'abord, petite info très importante : le patron est réalisé pour le bonnet B, mais pas de panique, il existe en lingerie des tailles jumelles. Du mal à y croire ? En fait, en corseterie, la lettre représente seulement la différence entre le plein buste et le dessous de buste, elle ne représente donc pas de masse fixe. Il existe ainsi des équivalences de tailles.

Tu peux maintenant couper le patron en suivant les lignes correspondantes à ta taille, les valeurs de couture ne sont pas comprises dans le patron, tu dois donc ajouter les marges de couture suivant les indications sur le patron.

Certains morceaux du patron doivent être taillés en double de façon symétrique, pour cela tu peux replier le tissu en deux endroit contre endroit et positionner tes pièces sur la double épaisseur de tissu.

Voilà, tu n'as plus qu'à épingler tes pièces sur le tissu et les découper.



## Monter les bonnets :

Dans un tout premier temps tu vas devoir joindre le bonnet extérieur avec le bonnet intérieur le long de la ligne de pince (repérée sur le patron). Pour cela fais une couture anglaise. 🍷

Tu peux arrondir la ligne de pince jusqu'à 1cm en fonction de ta poitrine.

Commence envers sur envers, puis endroit contre endroit, pour terminer fais ta piqure de bascule vers le bonnet extérieur.



## Les élastiques :

Nous sommes maintenant arrivés à la seule étape un peu délicate, la pose du biais élastique, aussi appelé foldover. Tu dois le poser sur le « triangle » entre les seins. Cette étape est importante car elle va nous permettre de joindre les deux bonnets.

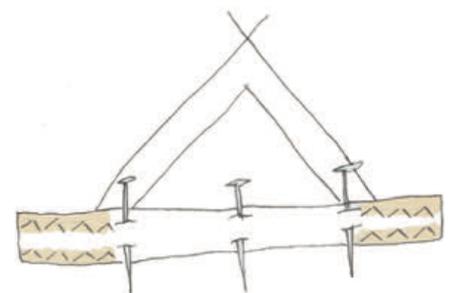
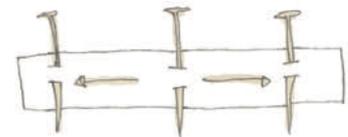
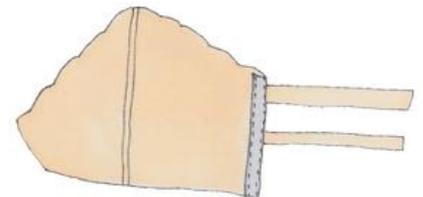
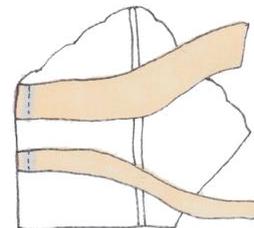
Pour poser correctement ton foldover, commence par piquer au zig zag ton tissu sur l'intérieur du biais, à plat, en positionnant le tissu à la moitié du biais. Tu vas d'abord coudre le bonnet gauche, puis positionner le bonnet droit juste à côté et continuer ta couture sur celui-ci. Tu peux maintenant replier ton biais en deux et faire ton zig zag pour le refermer. 🍷

Il est maintenant temps de coudre les élastiques qui forment la bande dos. Pour cela, taille les élastiques haut et milieu à la longueur indiquée sur le patron, puis positionne les, endroit contre endroit, en suivant les repères. Fais une couture au point droit à 0,5 cm du bord.

Tu peux maintenant positionner ton soutien gorge envers face à toi et poser ton élastique le long du côté du bonnet afin de recouvrir les coutures précédentes et rigidifier les côtés pour ne pas que ça gondole. Pour cela, pose ton élastique avec le côté pelucheux face à toi, puis fais deux piqures au point droit le long de l'élastique.

Maintenant, on s'attaque à l'élastique sous poitrine. Coupe un morceau d'élastique 6 cm de moins que ton tour sous poitrine, marque le milieu puis place une épingle, il s'agit du milieu devant. Puis place une épingle à 3 cm de part et d'autre de ton milieu devant, ce sont les repères pour coudre les bases du triangle entre les seins.

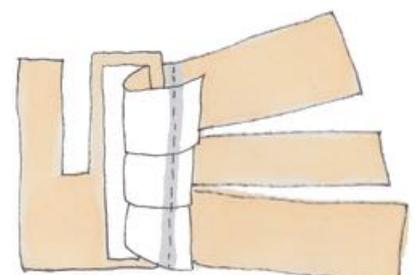
Tu peux maintenant épingler tes bonnets à partir de ces épingles, sous l'élastique sous poitrine. Réalise une couture au zig zag le long de tes bonnets.



## Le crochet dos :

Il est à présent temps de monter l'agrafe métallique. Pour cela, rentre les 3 élastiques dans les encoches de l'agrafage et fais les revenir vers l'intérieur sur environ 1cm. Tu peux utiliser un pied pour fermeture éclair afin de faire ta couture le plus proche possible de l'agrafe, au point droit.

Tu peux couper au ras l'excédent d'élastique. Fais la même chose des deux côtés. ( A savoir, les deux côtés de l'agrafe sont identiques, il n'y a donc pas de sens pour le monter. )

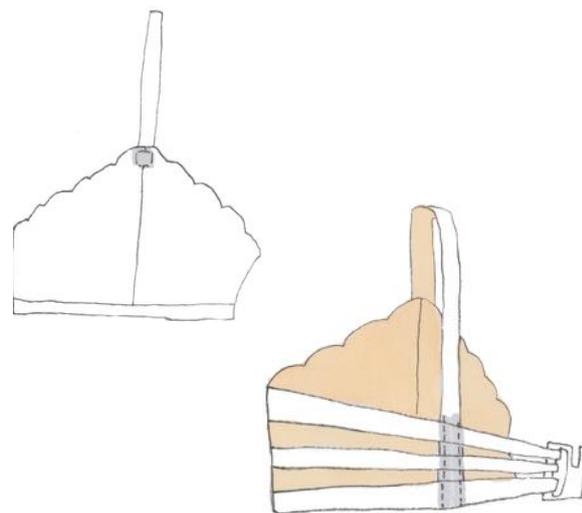


## Les bretelles :

Prends 2 X 40 cm d'élastique pour bretelles. Ici les bretelles ne sont pas réglables donc il va falloir les ajuster sur ton corps.

Couds la bretelle devant au point droit en faisant un petit **retour de propreté**, sur la pointe de chaque bonnet (au niveau de la couture de poitrine). C'est à dire qu'il faut que tu replis l'élastique de 0,5 cm vers l'intérieur avant de coudre pour que la finition soit propre.

Pour le dos, essaye ton soutien gorge et fais-toi aider, afin de positionner **les bretelles à l'aplomb** et d'épingler sur chaque lanière du dos de façon équitable. Une fois la bretelle correctement épinglée, fais une **couture au point droit** afin de maintenir l'ensemble.



**BRAVO ! Clap ! Clap ! Clap !** Tu es venue à bout du soutien gorge Nuaris! J'espère que tu as passé un bon moment, mais surtout, **SURTOUT**, que tu es fière de toi ! Allez viens, Nuantine t'emmène sur son nuage !

Dans ce cadre tu pourras noter tes difficultés, tes forces, tes interrogations, le temps que tu as mis à réaliser cette pièce, les améliorations que tu proposes... Un petit mémo intelligent et pratique !