

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Schneiderekurs**

**Sunlicht-Institut für Haushaltungskunde <Mannheim>**

**Mannheim, [ca. 1915]**

Die Hemdhose

**urn:nbn:de:bsz:31-106732**

## Die Hemdhose.

Welch großer Beliebtheit sich dieses Wäschestück erfreut, beweisen uns die verschiedenen Schnitte, die man dafür herausgebracht hat. Da aber die fertigen Schnitte in drei Normalgrößen herauskommen, ist es für die Ungeübte schwer, sich in den neuen Formen zurechtzufinden und zu prüfen, welches Maß für ihre Figur das geeignete ist. Mehr als bei jedem anderen Wäschestück bedarf es da der Kenntnisse, die uns das Schnittmusterzeichnen vermittelt.



Abb. 6

## Die Windelhemdhose.

Die Windelhemdhose Abb. 6 ist sehr einfach aus dem Hemdschnitt zu entwickeln. Sie muß aber kurz genug getragen werden, da sie sonst im Schritt hindert.

Als Maße sind nötig: Seitliche Länge (vom Hüftpunkt bis 10 cm über das Knie) und Sitzhöhe (siehe Abb. 1).

Wir wählen für unser Beispiel die Maße:  
 Seitliche Länge = 45 cm  
 Sitzhöhe = 29 cm.

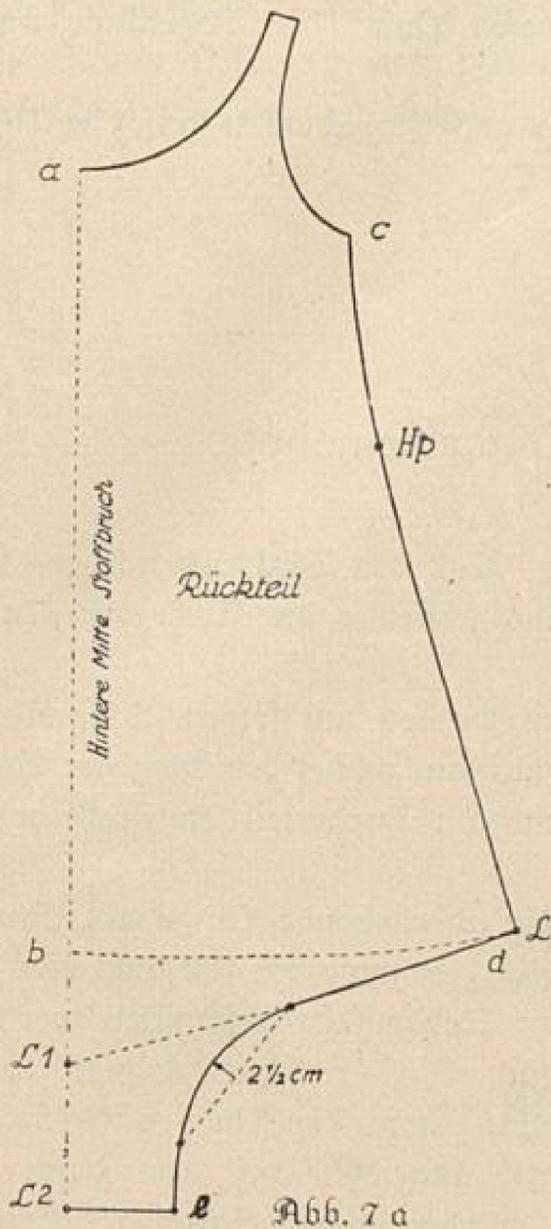


Abb. 7 a

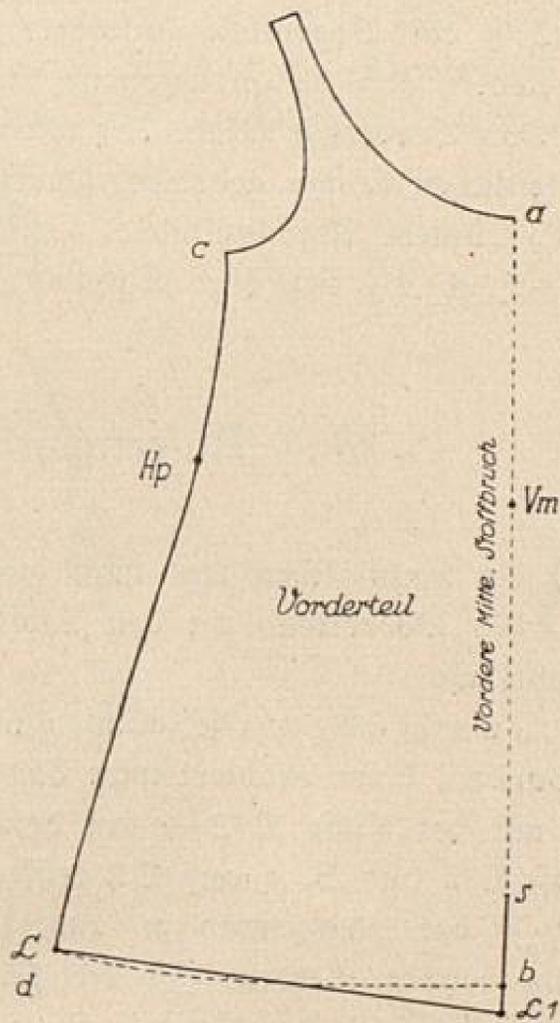


Abb. 7 b

### Das Schnittmuster.

Die Windelhemd hose entsteht durch Ausschneiden eines Steges am Rückteil des Hemdes (Abb. 7a). Zu diesem Zweck muß die Linie a—b des Rückteils ein Stück verlängert, der Hüftpunkt an der Linie c—d angegeben werden.

$Hp-L$  = seitliche Länge (45 cm).

Bei L rechtwinklge Linie von der Linie c—d bis zur verlängerten Linie a—b. Der Schnittpunkt ist L 1.

£ 1—£ 2 =  $\frac{1}{3}$  Sitzhöhe + 3 cm (10 + 3 = 13 cm); Steghöhe.

£ 2—e =  $\frac{1}{3}$  Sitzhöhe (10 cm); halbe Stegbreite.

e—£ von e 6 cm senkrecht aufwärts ausgezogene Linie, von hier Hilfslinie bis zur Mitte der Linie £—£ 1; in der Mitte dieser Hilfslinie  $2\frac{1}{2}$  cm Bogentiefe aufwärts, über diesen Punkt die Bogenlinie ausziehen, von da ausgezogene Linie bis £.

Das Vorderteil (Abb. 7b) wird von Hp und Vm abwärts auf das Maß der seitlichen Länge gebracht, Punkt £ und £ 1.

£—£ 1 untere Abschlußlinie.

£ 1—S =  $\frac{1}{3}$  Sitzhöhe, Einschnitt.

### Das Anfertigen der Windelhemdhose.

**B**eim Zuschneiden legt man die Linie a—£ 2 des Rückteils und a—£ 1 des Vorderteils an den Stoffbruch und schneidet die Teile mit Nahtzugabe aus.

**D**as Nähen. Achsellinien und Seiten werden mit feinen Kappnähten verbunden, dann probiert man das Wäschestück an, wobei der Steg am Rückteil mit der Linie £ 2—e an den Einschnitt am Vorderteil angesteckt wird, sodaß £ 2 auf S, e auf £ 1 trifft.

Ist der Steg etwas zu lang, so kann die überstehende Länge als Saumbreite benützt werden. Ist die Länge richtig, so muß ein Besatzstreifen in doppelter Länge der Linie £ 2—e + 2 cm Nahtzugabe geschnitten werden, die Breite beträgt 4 cm. Für den Einschnitt £ 1—S schneidet man einen Besatzstreifen 5 cm breit und doppelt so lang wie die Linie £ 1—S mit 2 cm Nahtzugabe. Er wird als Untertritt angelegt, auf dem dann die 5 Knöpfe anzusetzen sind. Die Knopflöcher werden in den Saum des Steges senkrecht eingeschnitten.

Sehr hübsch wirkt um Arm-, Hals- und Beinausschnitte eine Stickerei. Wir nähen sie mit Saumnähtchen (Siehe Heft 2, Abb. 24 a—c) an. An den Beinausschnitten läßt man die Stickerei bei e am Rückteil und £ 1 am Vorderteil spitz einlaufen.

Mit diesem Schnitt lassen sich auch Hemden zu Windelhemdhosen umarbeiten. Man verkürzt die seitliche Naht auf die gewünschte Länge und setzt den Steg mit einer feinen Kappnaht an.

## Eine andere Windelhemdhose.

Interessant in der Schnitzaufstellung und vorzüglich im Schnitt (besonders für stärkere Damen) ist die in Abb. 8 gezeigte Hemdhose. Wir gewinnen den Schnitt (Abb. 9) aus den Grundschnitten für den Oberkörper und das Beinkleid, die wir ineinander zeichnen, wie dies aus Abb. 9 ersichtlich ist.



Abb. 8

### Das Schnittmuster.

Das Rückteil des Oberkörperschnittes wird, wie beim Hemdschnitt, so aufgelegt, daß Punkt  $Rm$  2 cm nach innen von der senkrechten Linie liegt. Dann zeichnen wir die Umrisse des Rückteils nach. Die wagrechte Hilfslinie bei  $c$  wird nach rechts verlängert. Vom Hüftpunkt  $H_p$  des Rückteils messen wir 12 cm nach rechts und legen hier den Hüftpunkt  $H_p$  des Vorderteils an. Die wagrechte Hilfslinie  $b-Ow$  des Vorderteils muß mit der verlängerten Hilfslinie  $c$  des Rückteils gleichlaufen. Nun werden auch

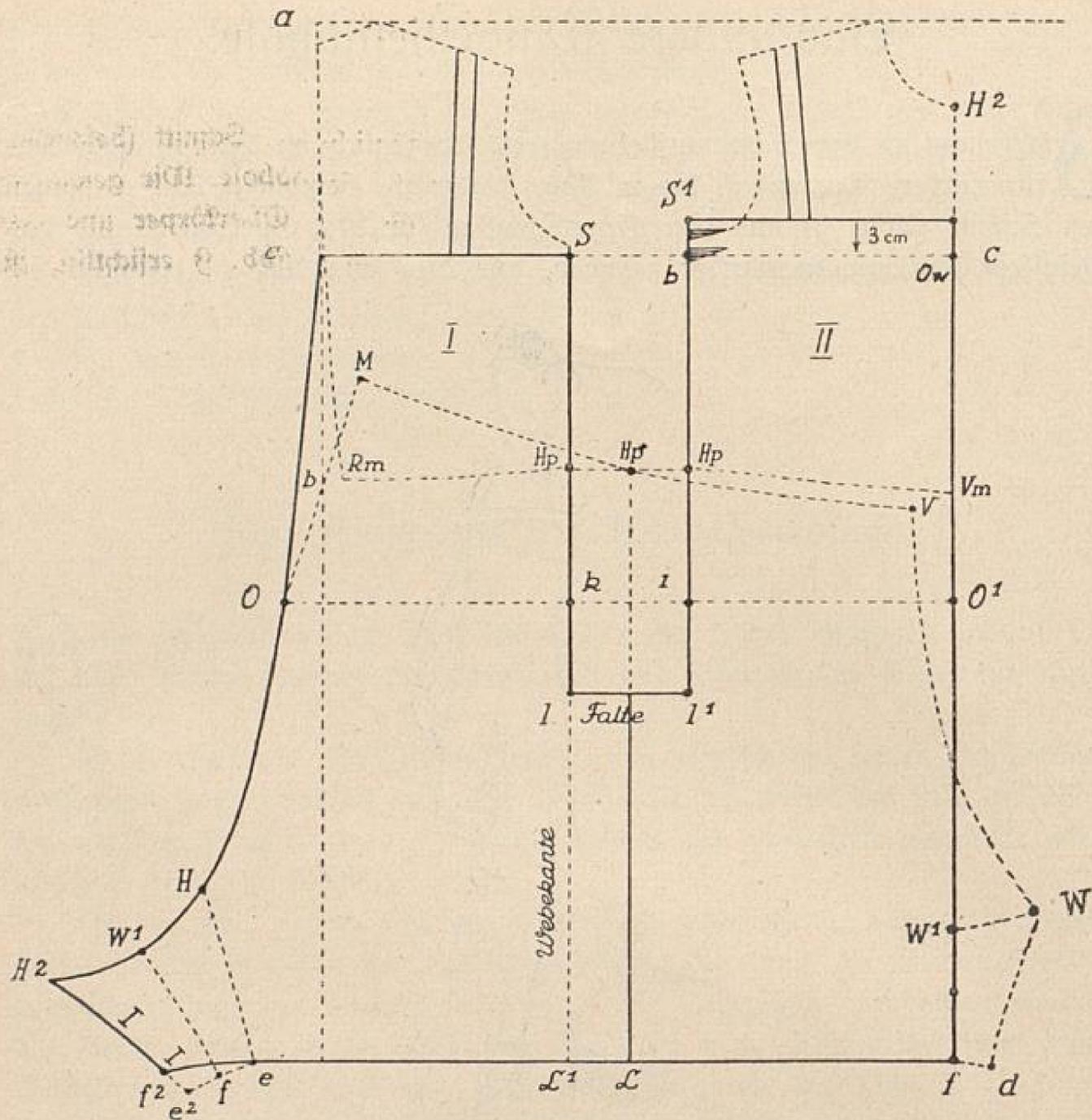


Abb. 9

die Umrislinien des Vorderteils nachgezeichnet und die senkrechte Linie  $H2-Vm$  verlängert.

Die 12 cm Zwischenraum zwischen  $H_p$  am Vorderteil und  $H_p$  am Rückteil teilen wir in die Hälfte und ziehen vom Mittelpunkt eine senkrechte Hilfslinie nach unten. An diese Hilfslinie wird der Grundschnitt für das Beinkleid (Abb. 5) mit der Linie  $H_p-L$  angelegt, und zwar so, daß der Hüftpunkt  $H_p$  des Beinkleides mit den Hüftpunkten des Brustkörperschnittes auf einer Linie liegt. Nun zeichnen wir auch die Umrisse des Beinkleides nach.

$c-S$ . Da wir Achselträger anfügen wollen, ziehen wir die Hilfslinie bei  $c$  am Rückteil als obere Randlinie fest aus.

c—O. Punkt c wird mit der weitesten Ausbuchtung (Punkt O) der Bogenlinie M—H am Rückteil des Beinkleides verbunden.

O—O 1. Von O nach rechts wagrechte Hilfslinie bis zur senkrechten Begrenzungslinie des Vorderteils.

S—Hp senkrecht ausgezogene Linie.

Hp—l = die gleiche Länge wie S—Hp. Der Schnittpunkt dieser Linie mit der Hilfslinie O—O 1 ist k.

S 1 am Vorderteil liegt 5 cm über der Hilfslinie c. Von S 1 wagrechte ausgezogene Linie, die obere Randlinie des Vorderteils.

S 1—Hp senkrechte ausgezogene Linie.

Hp—l 1 = die gleiche Länge wie Hp—l, senkrecht ausgezogene Linie. Ihr Schnittpunkt mit der Hilfslinie O—O 1 ist i.

l—l 1 wagrechte ausgezogene Linie.

O—k, i—O 1 müssen zusammengerechnet mindestens das Maß der Hüftweite haben. Ist die Hüftweite nicht erreicht, so müssen Punkt k und i soweit zusammengerückt sein, bis das Maß erreicht ist. Die Linien S—k und S 1—i werden in diesem Fall schräg und müssen in der gleichen Richtung bis zur Wagrechten l—l 1 verlängert werden. Die Falte wird dann weniger tief; bei sehr großer Hüftweite laufen die Linien sogar in einen Abnäher zusammen.

Die obere gerade Abschlußlinie am Vorderteil liegt, wie wir gesehen haben, 5 cm höher als die am Rückteil. Dies hat den Zweck, daß durch Fältchen unter dem Arm die Brust herausgearbeitet werden kann, sodaß das fertige Wäschestück oben schön gerade anliegt. Durch diese Fältchen, die aus Abb. 9 zu erkennen sind, wird die Seitenlinie S 1—i—l 1 auf die Länge der Linie S—k—l gebracht.

Vm—W 1 hat die gleiche Länge wie V—W am Grundschnitt des Beinkleides. f—W 1 ist die Länge des Schlitzes, der hier eingeschnitten wird, denn hier wird der am Rückteil angeschnittene Steg aufgekнопft.

H—H 2—f 2—e. Die Form dieses Steges ergibt der Keil W 1—f—d—W, der am Vorderteil abgeschnitten wird. (Die vordere Mittellinie hat Stoffbruch.) Dieser Keil wird mit der Linie W—d an die Linie H—e am Rückteil der Hose angelegt und nachgezeichnet. Da aber beim Ineinanderlegen des Rückteils der Hose auf das Rückteil des Oberkörperschnittes von der Linie M—H ein Stück verloren ging ( $\frac{1}{3}$  der Sitzhöhe, der Raum von b bis M), muß dies unten an der Bogenlinie wieder angezeichnet werden. Wir zeichnen deshalb, wie Abb. 9 deutlich erkennen läßt, den Keil noch einmal an, dies Mal aber umgekehrt. Die Linie W 1—f des Keils bleibt auf der Linie W 1—f des vorher angezeichneten Keils liegen. Die Endpunkte des zweiten Keils sind H 2—e 2.

H 2—f 2. Wir messen nun am Vorderteil die Länge des Schlitzes von W 1—f nach und übertragen das Maß von H 2 aus auf die angezeichnete Keil-  
linie des Rückteils.

f 2—e ausgezogene Linie, die untere Randlinie.

Die Begrenzungslinie am Rückteil läuft vom Halsauschnitt über O, H, W 1 nach H 2.

## Das Anfertigen der Hemdhose.

Das Auflegen der Schnittmuster bei gleichzeitigem Stoff und einer Stoffbreite von 80 cm zeigt Abb. 10.

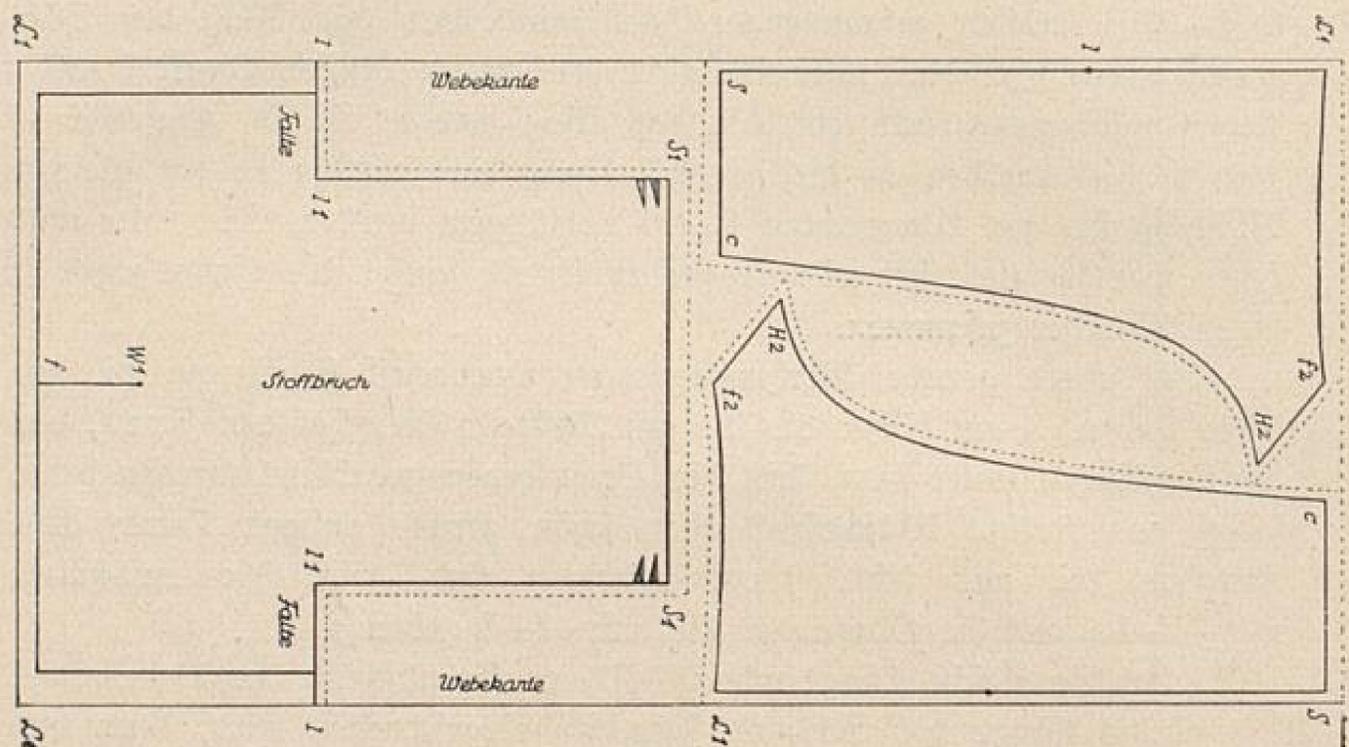


Abb. 10

Um die Falte auf der Hüfte an das Vorderteil anschneiden zu können, schneiden wir unser Schnittmuster von S—E 1 am Rückteil senkrecht abwärts durch und legen Vorder- und Rückteil nach Abb. 10 auf. Wir lassen die ganze Stoffbreite für die Falte stehen und erreichen auf diese Weise, daß wir zur Verbindung des Vorderteils und des Rückteils Ueberwindlingsnähte von l—E 1 machen können. Der Stellpunkt l ist deshalb jeweils am Rückteil mit dem Kopierrad kräftig zu bezeichnen. (Je größer die Hüftweite, desto kleiner wird die Falte.)

Wir schneiden die Teile mit Nahtzugabe aus.

Will man am oberen Rand einen Hohlsaum machen, was bei geraden

Kanten immer eine hübsche Verzierung ist, so muß, beim Auflegen des Schnittes die Zugabe von 2 cm für den Saum berücksichtigt und der Stoff an den oberen Kanten fadengerade gemacht werden.

Das Nähen. Zuerst wird der Schlitzeschnitt am Vorderteil (f—W 1) besetzt. Man nimmt die Schnittkanten auseinander, sodaß sie eine wagrechte Linie bilden, mißt diese Linie und schneidet aus dem Abfall einen um 1 cm längeren Besatzstreifen von 5 cm Breite. Dieser Streifen wird dem Einschnitt so untergeheftet, daß die Naht auf die rechte Seite kommt. Man steppt die Naht zuerst  $\frac{1}{2}$  cm breit, bei W 1 beachtend, daß man kein Fältchen näht. Bei W 1 schneidet man dann bis an das Genähte ein, streicht die Naht auf den Besatzstreifen, bückt diesen  $\frac{1}{2}$  cm ein und heftet ihn über die Naht, so daß er gerade noch die erste Stepplinie bedeckt. Der Streifen wird dann schmalkantig aufgesteppt.

Nun ziehen wir die Fäden für den Hohlraum am oberen Rand des Vorderteils und des Rückteils, etwa  $3\frac{1}{2}$  cm von der Kante entfernt. Dann werden Vorder- und Rückteil von l—L 1 durch Ueberwindlingsnähte verbunden. Nun stecken wir Punkt l 1 am Vorderteil auf Punkt l am Rückteil, bringen die Fäden für den Hohlraum genau aufeinander und legen unterhalb des Hohlraums am Vorderteil zwei kleine Fältchen ein, bis die Linie l 1—S genau auf die Linie l—S stimmt. Die Nähte werden nach links zu einer Kappnaht gerichtet, wobei die Naht am Rückteil die überstehende ist, die man auf das Vorderteil unnäht. Die Naht wird 2 cm über l hinunter genäht, damit die Falte gut versäubert werden kann. Die Falte legen wir entweder als Quetschfalte, wenn wir viel Stoff haben, oder als einfache Falte auf das Vorderteil; oben bücken wir den Stoff doppelt um und steppen die Falte auf, damit sie die gewünschte Lage behält.

Nun werden die Bogenlinien c—H 2 der beiden Rückteile mit einer Kappnaht verbunden. Wieder achten wir darauf, daß die ausgezogenen Fäden für den Hohlraum genau aufeinanderstimmen. Erst jetzt wird der Hohlraum ausgeführt.

Dann besetzen wir die Kanten des Steges f 2—H 2 durchgehend mit einem geraden Streifen von etwa 4 cm Breite. Die Spitze, die sich durch das Zusammensetzen der Rückteile an den Linien c—H 2 bildet, muß gut als solche herausgearbeitet werden. Der Besatzstreifen wird auf die linke Seite herübergesteppt, daß er fertig etwa 3 cm breit ist, er dient zur Aufnahme der Knopflöcher.

Verzieren wir die Hemdhose mit Stickerei, so wird sie am besten mit einem Saumnähtchen angenäht, an den seitlichen Kanten der Beinöffnungen säumen wir sie fein um. Die Träger können aus Band hergestellt werden. Eine praktische Art, sie zu befestigen, zeigen wir beim Unterkleid.

## Die Hemdhose mit Seitenschluß.

Nicht jeder Frau sagt die Windelhemd hose zu; wir wollen deshalb auch den Schnitt und die Anfertigung einer Hemdhose mit Seitenschluß kurz besprechen, um dem verschiedenen Geschmack Rechnung zu tragen. So geben wir jeder unserer Schülerinnen die Möglichkeit, verschiedene Formen kennen zu lernen und sich daraus diejenige auszuwählen, die ihr am besten gefällt.

### Das Schnittmuster.

Für Schnittaufstellung (Abb. II a und b) dienen uns wiederum die Grundschnitte für den Brustkörper und für das Beinkleid.

An eine senkrechte Hilfslinie in der Mitte unseres Papierbogens legen wir wieder den Beinkleidschnitt mit der Linie Hp—L an und zeichnen die Umrißlinien des Beinkleides nach. Durch den Punkt Hp ziehen wir eine kleine wagrechte Hilfslinie und legen an sie 3 cm rechts von Hp den Hüftpunkt Hp des Vorderteils unseres Brustkörperschnittes an, und zwar so, daß die Seitenlinie Hp—S dieses Vorderteils senkrecht auf der kleinen Hilfslinie steht. Das Vorderteil wird ebenfalls in den Umrißlinien nachgezeichnet.

Das Rückteil wird in derselben Weise 2 cm links von Hp des Beinkleidschnittes angelegt und nachgezeichnet.

Der Halsanschnitt kann beliebig gemacht werden. Es ist jedoch ratsam, Fältchen unter dem Arme zu machen, wie bei der Windelhemd hose, da sie wesentlich zum guten Sitz des Wäschestückes beitragen. Man mißt deshalb 2 bis 3 cm von c aufwärts, zieht eine wagrechte Linie und läßt den Armausschnitt des Vorderteils auf diese Linie stoßen, während am Rückteil das Armloch auf der Linie c endet.

Hp—Ht ist Hüfttiefe.

Ht—S I am Vorderteil schiefe Seitenlinie, an der die oben genannten Fältchen eingezeichnet werden, wie Abb. II a zeigt.

Ht—S am Rückteil ausgezogene Linie, die über den Punkt Hp des Rückteils läuft.

Die Breite des Seitenteils, das wir vom Rückteil wegnehmen, richten wir nach der Stoffbreite. Wir wollen möglichst die Stoffbreite vom Vorderteil her bis zum Seitenschluß bringen, damit wir hier Webefante haben und das Rückteil des Beinkleides von f aufwärts bis zu dem 18 cm langen Schlitze mit einer Ueberwindlingsnaht ansetzen können. Des-

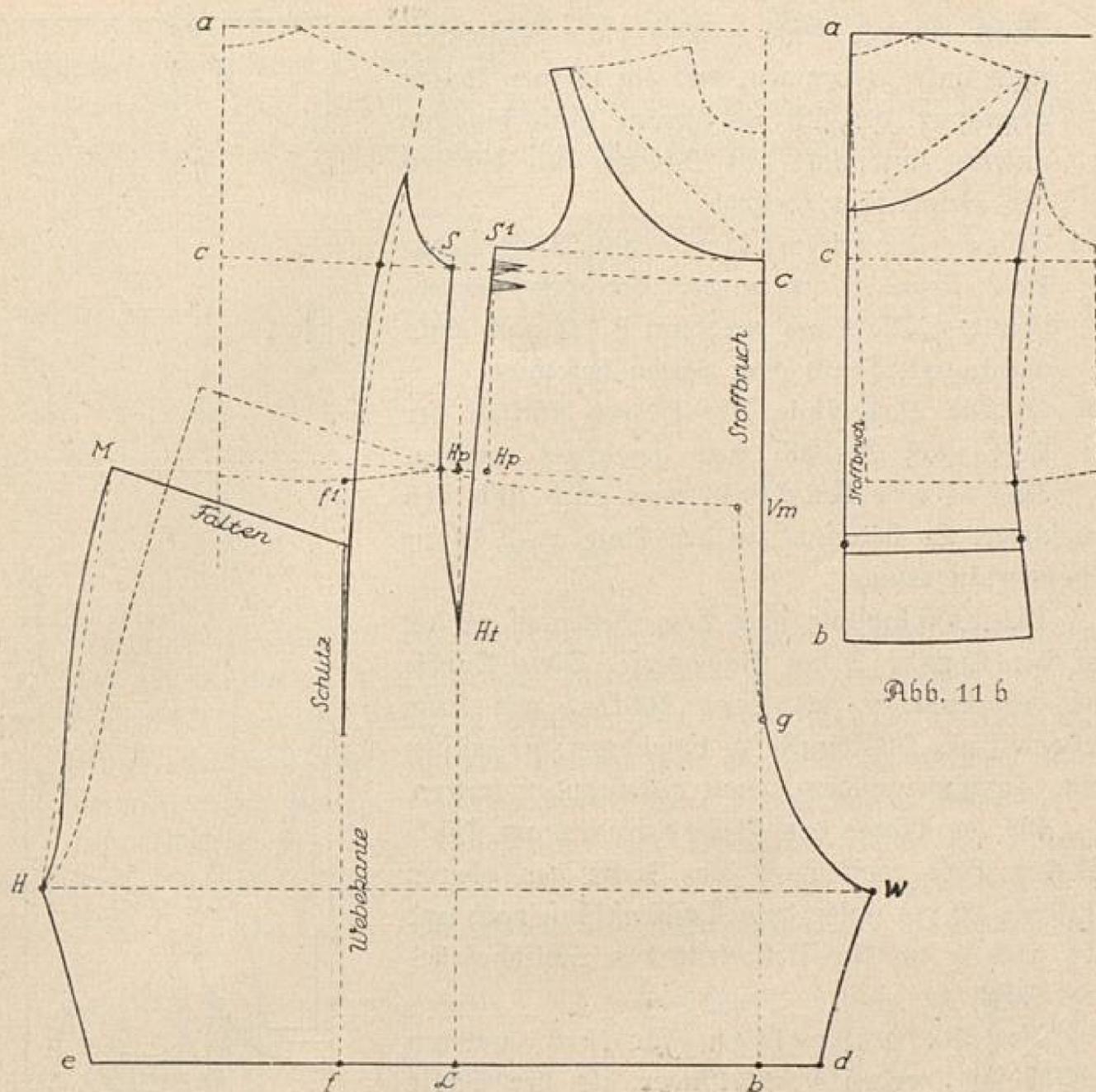


Abb. 11 a

Abb. 11 b

halb ziehen wir die Linie  $c-Vm$  am Vorderteil senkrecht abwärts bis zur Linie  $e-d$ . Ihren Schnittpunkt mit der Bogenlinie des Vorderteils der Hose bezeichnen wir mit  $g$ , ihren Endpunkt auf der Linie  $e-d$  mit  $b$ . Diese senkrechte Linie ist Stoffbruch bis  $g$ . Von  $g$  bis  $b$  wird der Stoffbruch aufgeschnitten und der überstehende Keil des Vorderteils  $b-g-W-d$  muß mit einer feinen Kappnaht angesetzt werden.

$b-f$ . Die  $1/2$  Stoffbreite (40 cm) von  $b$  nach links gemessen ergibt Punkt  $f$ .  $f-f'$  senkrechte Hilfslinie aufwärts bis zur Ablußlinie des Rückteils (Punkt  $f'$ ). Von hier 1 cm nach rechts ist linker Endpunkt für die Breite des Seitenteils. Der obere Endpunkt liegt in der Mitte des Armlochs am Rückteil. Wir verbinden beide Punkte durch schräge Hilfslinie; am Schnitt-

punkt mit der Linie c wird 1 cm Bogentiefe nach links genommen, und ein schöner Bogen gezeichnet, der sich als schräge Linie bis zum unteren Endpunkt des Schlitzes am Rückteil des Beinkleides fortsetzt.

Die obere Abschlusslinie am Rückteil der Hose liegt 10 cm unter der des Grundschnittes. Die Linie wird um 5 cm nach links verlängert, damit man Falten bekommt.

M—H. Die Bogenlinie M—H am Rückteil der Hose muß deshalb neu gezeichnet werden.

Das obere Rückteil wird nach Abb. 11 b gezeichnet. Es bekommt an der Linie a—b 15 cm Schoßverlängerung.

Die Abschlusslinie nach dem Seitenteil zu hat auf der Linie c 2 cm Bogentiefe. Diese Punkte auf der Linie c sind beim Rückteil wie beim Seitenteil als Stellpunkte zu bezeichnen; sie müssen beim Zusammennähen genau aufeinander treffen.

Für die Länge des Bündchens am Rückteil der Hose mißt man die Breite des oberen Rückteils 10 cm unter dem Taillenschluß nach und gibt noch 4 cm für Uebertritt des Schlitzbesatzes und Naht zu.

Die Besatzstreifen für den unteren Schlitzbesatz werden 1 cm länger als der Schlitz (also 19 cm lang) und 5 cm breit; für den oberen 3 cm länger (also 21 cm lang) und 6 cm breit, geschnitten.

### Das Anfertigen.

Abb. 12 zeigt das Auflegen des Schnittmusters auf den doppelt gelegten Stoff.

Das Zusammenfügen beginnen wir mit dem Annähen der Zwickel in der Linie b—g an das Vorderteil mit feinen Kappnähten. Man achte beim Ansetzen der Zwickel genau darauf, daß sie unten mit den Linien f—b des Vorderteils gleich-

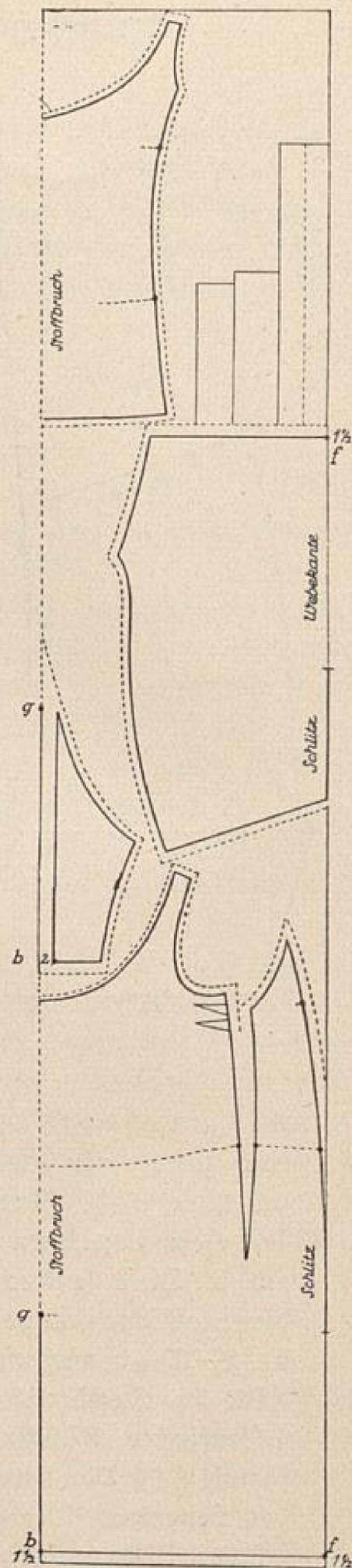


Abb. 12

laufen und oben noch genügend Stoff bei Punkt g übersteht, der später zur Kappnaht von g über W nötig ist.

Nun wird das Rückteil der Hose mit dem Vorderteil an der Linie f aufwärts durch Ueberwindlingsnaht bis zum Schlitze verbunden.

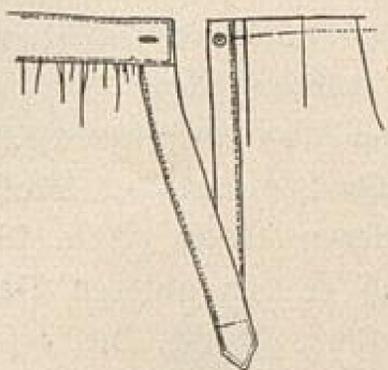


Abb. 13

Als nächstes kommen die Schlitzbesätze daran. Diese wurden einmal von einem jungen Mädchen als notwendiges Uebel bezeichnet und entlocken einer Anfängerin manchen Seufzer. Die Sache ist aber wirklich nicht so schlimm, und mit Hilfe unserer Abbildungen (14 und 15) werden unsere Schülerinnen rasch lernen, mühelos einen schönen Schlitzbesatz auszuführen.

Das Rückteil der Hose schließt auf das Vorderteil (Abb. 13), folglich kommt der untere schmalere Schlitzbesatz an dieses, der obere breitere an das Rückteil. Beide Besätze stürzen wir von links nach rechts, sie werden also

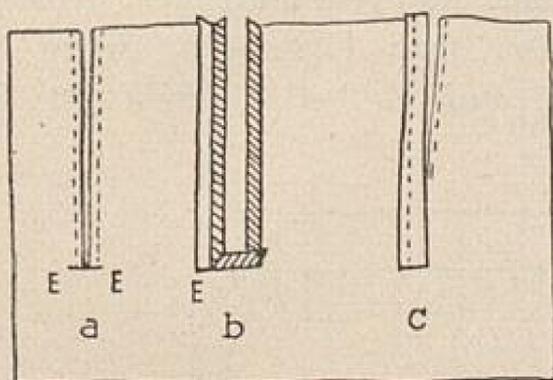


Abb. 14

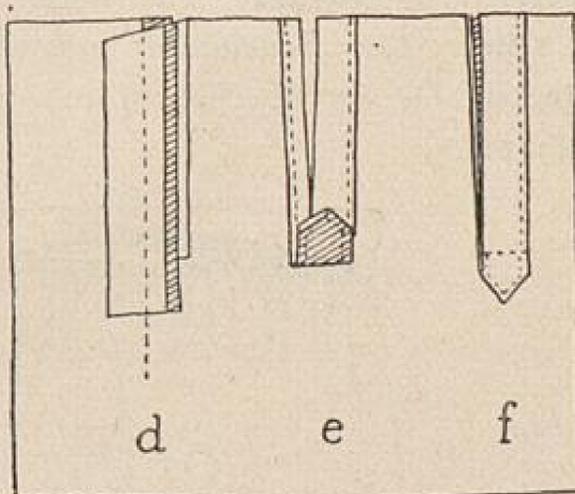


Abb. 15

an die untere Seite angeheftet, und zwar lassen wir den unteren Schlitzbesatz 1 cm nach unten überstehen, den oberen 3 cm. Wir nähen dann  $\frac{1}{2}$  cm breit auf der oberen Seite, weil da der Schlitz sichtbar ist (Abb. 14 a) und schneiden bei E rechts und links bis zum Genähten ein.

Die Naht streichen wir auseinander und bücken den Rand des unteren Besatzes an der Längsseite  $\frac{1}{2}$  cm breit an der Schmalseite bis zum Einschnitt bei E ein (Abb. 14 b). Nun legen wir den unteren Besatz doppelt, streichen die Naht in den Besatz hinein und heften ihn knapp über die Naht auf. An der Längsseite wird schmalkantig aufgesteppt und die Schmalseite mit Ueberwindlingsstichen zusammengenäht, wobei zugleich die Endfäden der Maschinennaht vernäht werden (Abb. 14 c).

Das Richten und Nähen des oberen Schlitzbesatzes zeigt Abb. 15 d—f. Die Naht ist auseinandergestrichen und der Stoff des oberen Besatzstreifens liegt über dem fertigen unteren Besatz (Abb. 15 d). Der obere Besatz wird nun so breit umgebücht, daß er den unteren Besatz gerade deckt (Siehe die senkrechte kleine Hilfslinie Abb. 15 d). Die offene Längskante wird dann  $\frac{1}{2}$  cm eingebücht, sodaß der obere Besatz jetzt etwa 3 cm breit ist (Abb. 15 e). Zur Ecke legen wir den Stoff gleichmäßig breit schräg ein und schneiden ihn bis auf  $\frac{1}{2}$  cm Nahtbreite weg (Abb. 15 e), dann steppen wir die Ecke ringsum auf und einmal quer durch. Abb. 15 f zeigt den fertig genähten Besatz. Die wagrechte kleine Stepplinie soll den unteren Besatz schmalkantig mit annähen.

Schon ist das schwierige Werk fertig.

Nun fügen wir die kurzen Beinlinge mit einer schmalen Kappnaht zusammen. Die Schrittlinie von M am Rückteil der Hose über H W nach g, wo die Naht genau in den Stoffbruch der Vorderteilsmitte einmünden muß, wird ebenfalls durch Kappnaht verbunden. Das Seitenteil wird auf das Vorderteil übergekapppt, das durch zwei kleine Fältchen unter dem Arm auf die Länge der Seitennaht gebracht wurde; man läßt beim Heften das Seitenteil  $\frac{1}{2}$  cm überstehen und die Naht muß an der Hüfttiefe (Ht) spitz auslaufen.

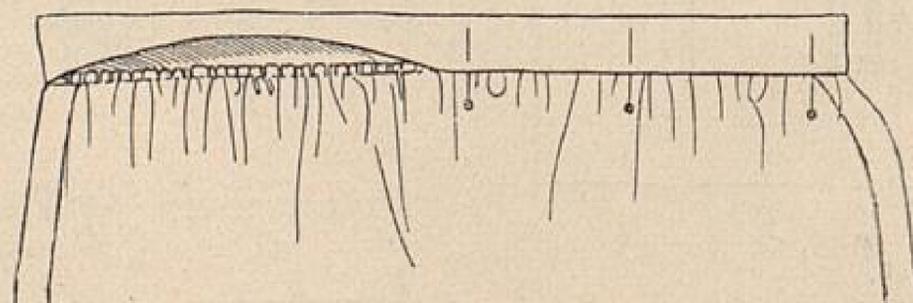


Abb. 16

Nun wird das Rückteil mit dem Seitenteil durch Kappnaht verbunden, wobei man das Rückteil beim Anheften 1 cm überstehen läßt, da man den Stoff vom Schlitzbesatz des Seitenteils abwärts zum Säumen der Schoßverlängerung am Rückteil braucht. Dem Rückteil wird da, wo der untere

Schlitzbesatz endigt, ein 2 cm breiter Streifen quer aufgesetzt, auf dem die Knöpfe angenäht werden. Dieselbe Länge erhält das Bündchen, das zur Aufnahme der Knopflöcher dem Rückteil der Hose oben angesetzt wird. Abb. 16 veranschaulicht das Annähen dieses Bündchens. Die Knopflöcher werden senkrecht eingeschnitten.

Die Ränder dieses Wäschestückes verzieren wir je nach der Stärke des Stoffes mit Spitze oder Stickerei. Die Stickerei an den Beinöffnungen wird angesetzt, ehe die Beinlinge zusammengenäht sind, da man die Kappnaht dann gleichzeitig auch über die Stickerei hinweg ausführt.



Abb. 17

## Das Unterkleid.

Die Anfertigung eines Unterkleides (Abb. 17) ist nicht schwierig und dürfte eine Arbeit sein, an die sich auch die Anfängerin ohne weiteres wagen kann. Wir gewinnen den Schnitt (Abb. 18) wiederum aus dem Grundschnitt für den Brustkörper. Die Gesamtlänge wird an der Seite von der Achselhöhle abwärts gemessen.