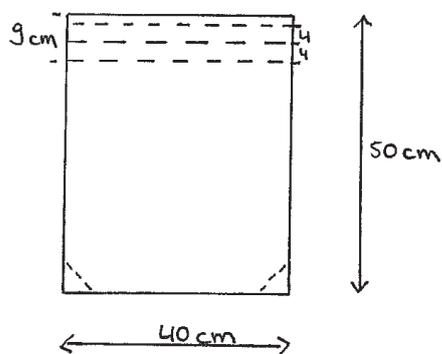


# Sac de gymnastique Pois

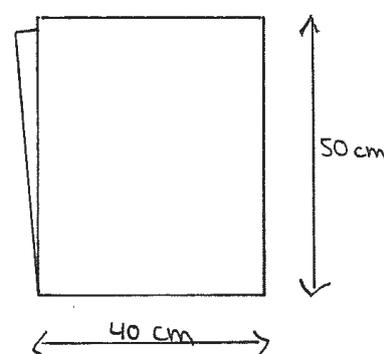


Matériel utilisé	N° d'article	Quantité
Tissu en coton -Pois-, 1,40 m x 50 cm	517451	2
Cordon à tresser PARACORD, orange, 3,5mm x 4m.	559727	1
Outils recommandés		
Fils à coudre assortis	516743	1
Ciseaux à textile	361233	1
Mètre ruban	516709	1
Craie de tailleur	517819	1
Epingles	521304	1
Epingles de sûreté	516592	1
Outils nécessaires:		
Fer à repasser, machine à coudre, papier silhouette		



1

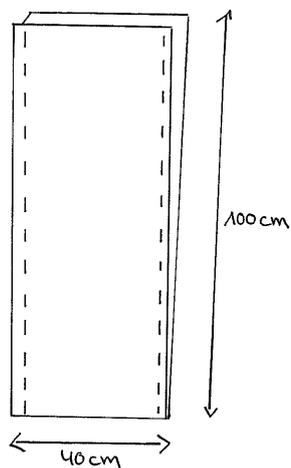
Reporter le patron 50 cm x 40 cm sur du papier.  
 Poser le tissu sur la pliure du tissu (côté droit sur droit).  
 Fixer le patron avec des epingles sur le tissu et découper. (donne 40 x 100 cm). Répéter avec le deuxième tissu.



2

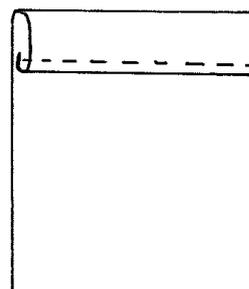
Poser les deux tissus (40 x 100 cm) côté droit sur droit, fixer avec des epingles et surpiquer le rebord.  
 Retourner le tissu, le beau côté visible.  
 Bien aplatir les bordures avec le fer à repasser.

3



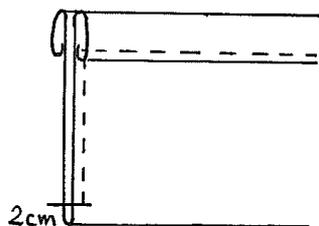
A chaque fois coudre un tunnel. Replier et repasser d'abord 1 cm et ensuite replier et repasser 4 cm aux deux bouts du même côté. Fixer avec des épingles et surpiquer. Le résultat est un tunnel.

4



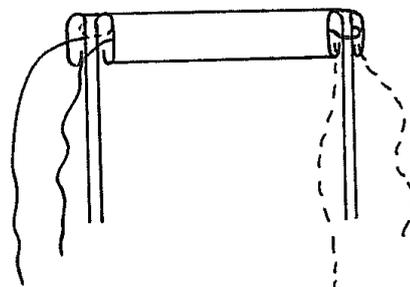
Plier le panneau de tissu au milieu, fixer et surpiquer les côtés à partir du tunnel vers le bas. La suture surpiquée est visible. Couper 3 cm des coins inférieurs.

5



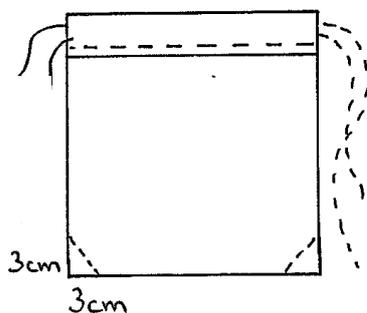
Raccourcir le cordon à tresser PARACORD à 2 x 2 m, faire fondre les extrémités avec la flamme d'un briquet et l'enfiler à l'aide d'une épingle de sûreté dans le tunnel, afin que les deux extrémités sortent d'un côté du tunnel. Répéter la même chose de l'autre côté avec le deuxième cordon.

6



Couper les coins inférieurs env. 3 cm et enfiler la bande droite intérieure à travers du sac à dos et l'ouverture en bas à droite. Fixer avec des épingles. Répéter de l'autre côté.

7



Surpiquer et surjeter les coins inférieurs. Tourner le sac à dos.

*vous souhaitez beaucoup de plaisir à la réalisation!  
Votre équipe créative OPITEC*