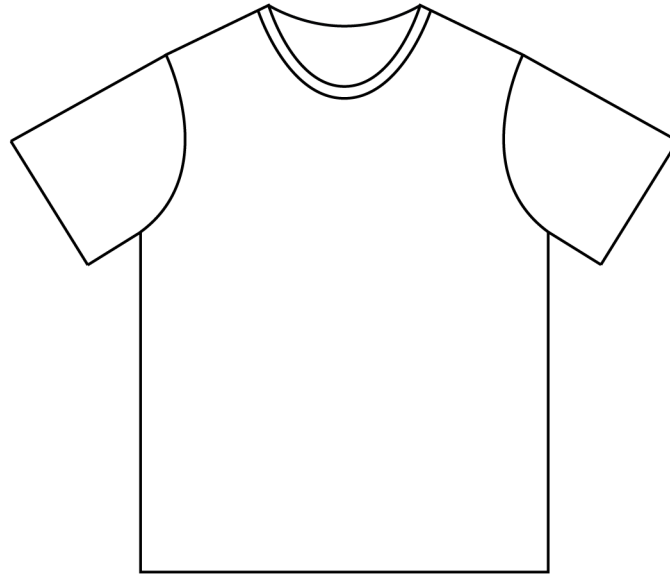




#teeshirthercule  
#urbanfairypatterns



## Présentation et matériel

Hercule est un tee-shirt pour homme. Il a une coupe droite et une aisance moyenne, son encolure est près du cou.

Réalisez-le dans le jersey de votre choix. Il doit avoir au moins 20% d'élasticité (10 cm s'étirent en 12 cm minimum) si vous coupez toutes les pièces dans le même tissu.

Vous pouvez aussi choisir un jersey moins extensible mais il faudra alors couper la bande d'encolure dans du bord côte ou dans un jersey plus extensible.

N'hésitez pas à le customiser avec du flex, une bande d'encolure contrastante ...

L'aisance du tee-shirt est de 8 cm au niveau du buste. Si vous préférez un tee-shirt plus ajusté, vous pouvez prendre une taille en-dessous. Si vous préférez un tee-shirt moulant au niveau du torse, vous pouvez prendre deux tailles en-dessous.

Si vous avez besoin d'aide pour le montage, des vidéos sont disponibles sur la chaîne YouTube «Elsa couture». Vous trouverez une liste des vidéos qui peuvent vous être utiles [dans la rubrique «tutoriels» du site urbanfairy.fr.](#)



Pour toutes les tailles, il vous faudra :

- en 150 cm de laize : 110 cm (1,10 m) de tissu ;
- en 110 cm de laize : 190 cm (1,90 m) de tissu.

## Choix de la taille

### Tableau des tailles :

Le patron est prévu pour une stature de 180 cm. Choisissez la taille en fonction de la mesure du torse (sur la partie la plus forte du buste, en vous assurant que le ruban reste horizontal dans le dos.)

	XS	S	M	L	XL	XXL				
Taille	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60
Tour de torse	84	88	92	96	100	104	108	112	116	120
Tour de ceinture	72	76	80	84	88	92	96	100	104	108
Tour de bassin	90	93	96	99	102	105	108	111	114	117

### Tableau des mesures du vêtement fini :

Le tableau des mesures du vêtement fini peut vous aider à trouver votre taille, il vous permet de connaître l'aisance prévue. La coupe droite du tee-shirt donne une aisance identique sur les tours de torse, ceinture et bassin.

Vêtement fini	XS	S	M	L	XL	XXL				
Taille	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60
Tour de torse	92	96	100	104	108	112	116	120	124	128
Tour de ceinture	92	96	100	104	108	112	116	120	124	128
Tour de bassin	92	96	100	104	108	112	116	120	124	128

## Techniques

- Coudre du jersey.
- Coudre une bande d'encolure.
- Coudre un ourlet sur du jersey.
- Monter une manche à plat.



## Plan de coupe



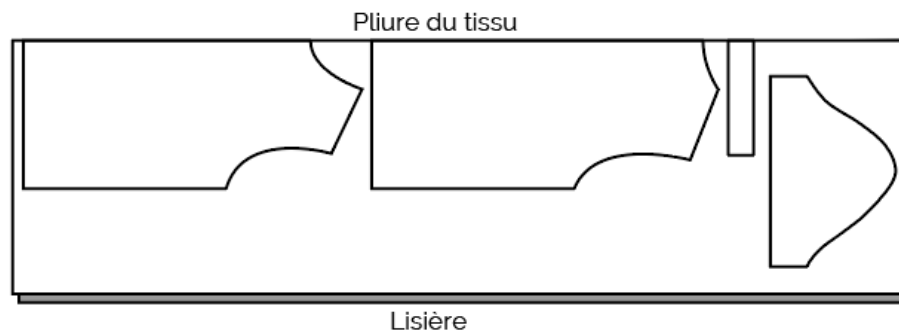
### Pièces à couper :

- Devant sur la pliure ;
- Dos sur la pliure ;
- Bande d'encolure sur la pliure ;
- Manche : deux fois.

**Les marges de couture sont comprises, elles sont de 0,7 cm sauf pour les ourlets : 1 cm.** Si vous cousez ce tee-shirt à la machine à coudre, vous préférerez peut-être des marges de coutures plus grandes. Vous pouvez dans ce cas ajouter la valeur voulue.

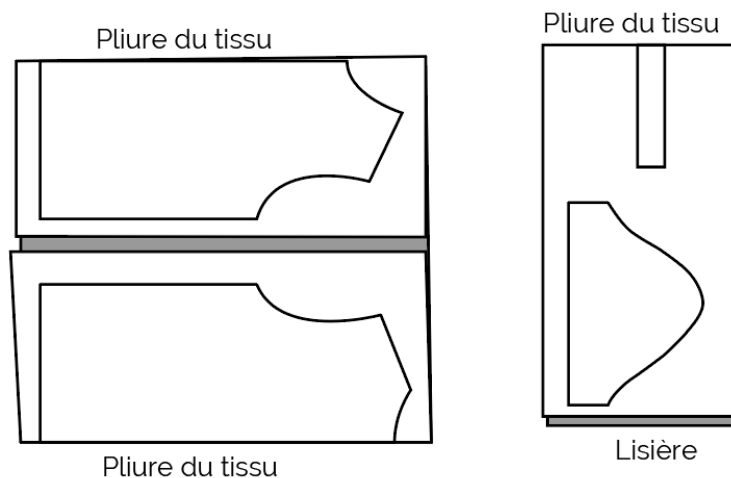
Pliez le tissu endroit contre endroit comme indiqué sur le plan de coupe. Marquez les repères indiqués sur le patron **ainsi que le milieu devant et dos (qui sont sur la pliure du tissu)**, cela vous aidera à coudre la bande d'encolure plus précisément.

*En 110 cm de laize pour toutes les tailles :*



*En 150 cm de laize pour toutes les tailles :*

Pliez le tissu de façon à ce que les deux lisières se rejoignent au centre, coupez les bustes dos et devant sur la pliure. Puis pliez le reste du coupon lisière contre lisière et coupez la bande d'encolure sur la pliure et la manche en double.

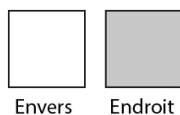


*Des tutos d'aide au montage sont disponibles sur ma chaîne*

*Youtube :*

<https://www.youtube.com/c/elsacouture>

# Pas à pas



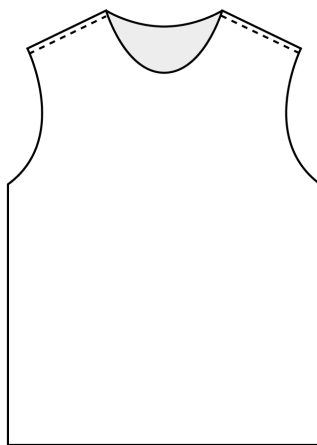
Les marges de couture sont de 0,7 cm et 1 cm pour l'ourlet.

Cousez ce tee-shirt à la surjeteuse si vous en avez une, sinon avec un point extensible de la machine à coudre (voir votre mode d'emploi) ou à défaut un zigzag serré. En effet, les coutures doivent rester extensibles, sinon elles craqueraient.

Piquez les ourlets à l'aiguille double ou avec un point extensible (ou avec une recouvreuse si vous en êtes l'heureux propriétaire).

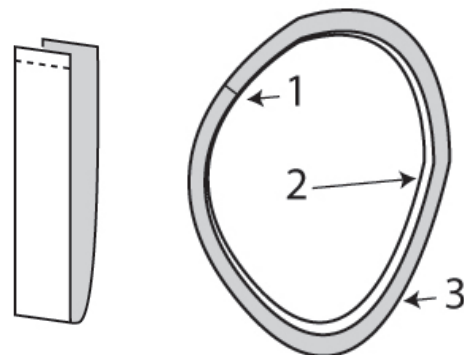
## Étape 1 : coutures d'épaules

Positionnez le buste dos contre le buste devant endroit contre endroit. Le buste dos est légèrement plus long que le buste devant et c'est normal (embu pour les omoplates). Epinglez les extrémités et le milieu. Piquez les coutures des épaules.



## Étape 2 : la bande d'encolure

Pliez la bande d'encolure pour faire coïncider les petits côtés, endroit contre endroit. Piquez le petit côté. Retournez la bande d'encolure. La plier envers contre envers, en faisant coïncider les longs côtés.



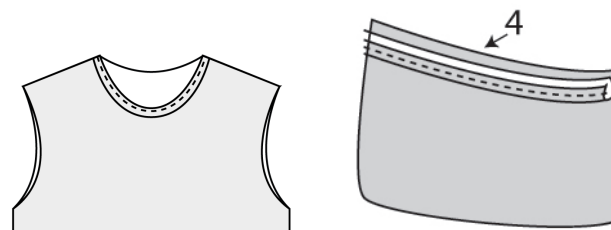
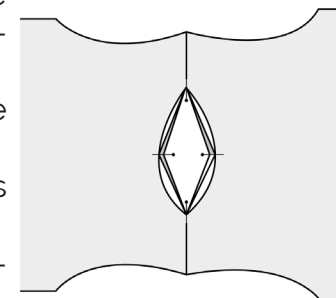
LÉGENDE DU SCHÉMA:

- 1 COUTURE DE LA BANDE D'ENCOLURE. ON VA LA FAIRE COÏNCIDER AVEC LE MILIEU DOS.
- 2 BORD CONTRE BORD, ENVERS À L'INTÉRIEUR
- 3 PLI

Epinglez la bande d'encolure sur l'endroit de l'encolure du tee-shirt avec 4 épingles en faisant coïncider :

- la couture de la bande d'encolure avec le milieu du dos,
- les repères d'épaule avec les coutures d'épaule,
- et le repère du milieu de la bande d'encolure avec le milieu devant.

Le pli de la bande est vers le bas du vêtement, les bords contre l'encolure.



LE SCHÉMA NOTÉ «4» MONTRE QUE LE BORD DE L'ENCOLURE DU HAUT EST CONTRE LES 2 BORDS DE LA BANDE.

Piquez à 0,7 cm en commençant par le milieu dos.

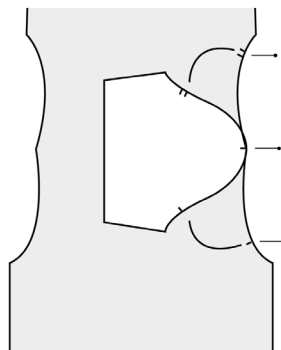
Il ne reste plus qu'à relever la bande d'encolure et à rabattre les coutures vers le corps du vêtement.

Si vous hésitez, pensez au tuto vidéo !

### Étape 3 : les manches

Posez le devant et le dos déjà cousus ensemble à plat, endroit au dessus.

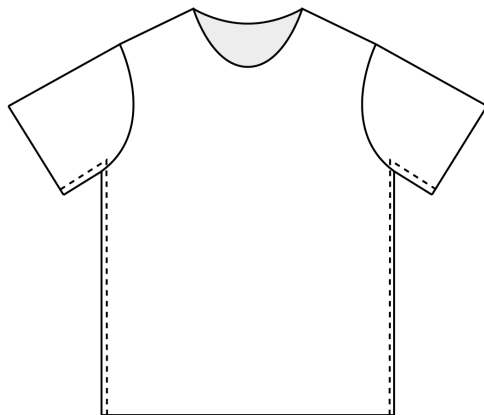
Posez une manche sur un des côtés, endroit contre endroit. Epinglez en faisant coïncider les repères (un trait devant, deux traits derrière et la couture d'épaule).



Piquez en étirant un peu le buste pour qu'il coïncide avec la longueur de la tête de manche. Rabattez les coutures vers le corps du vêtement.

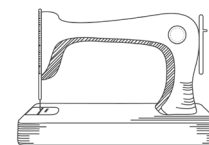
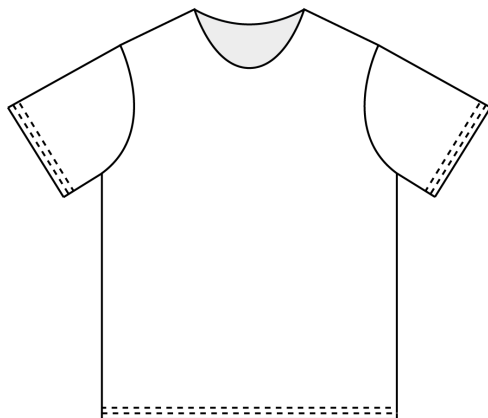
### Étape 4 : les côtés

Positionnez le vêtement endroit contre endroit. Piquez les manches et les côtés en une seule couture.



### Étape 5 : les ourlets

Réalisez les ourlets du bas et des manches par un simple repli de deux centimètres à l'aiguille double, ou avec un point extensible de la machine à coudre, ou avec une recouvreuse.



*C'est terminé, bravo !!!*

*Merci d'avoir choisi Urban Fairy !*

*N'hésitez pas à partager*

*vos réalisations avec*

*#teeshirthercule*

*#urbanfairypatterns*

*et à les publier sur la page «réalisations» du site.*

*A bientôt !*

# URBAN FAIRY

*Sewing patterns*

