

Atelier couture: Le Sweat Twister



Bienvenue à l'atelier Sweat Twister !

Cette page est là pour t'aider à choisir **la bonne version du patron** et à préparer **tout le matériel tissu** avant l'atelier.



Objectif de l'atelier

Pendant l'atelier, tu apprendras à :

- Poser du bord-côte
- Réaliser des empiècements
- Réaliser des fronces (*uniquement pour la version femme oversize — niveau intermédiaire*)



Le patron Twister, c'est quoi ?

Twister est un **patron Duo adulte**.

En réalité, il comprend **2 patrons bien distincts** :



Version mixte — niveau débutant

La version la plus accessible pour démarrer sereinement.

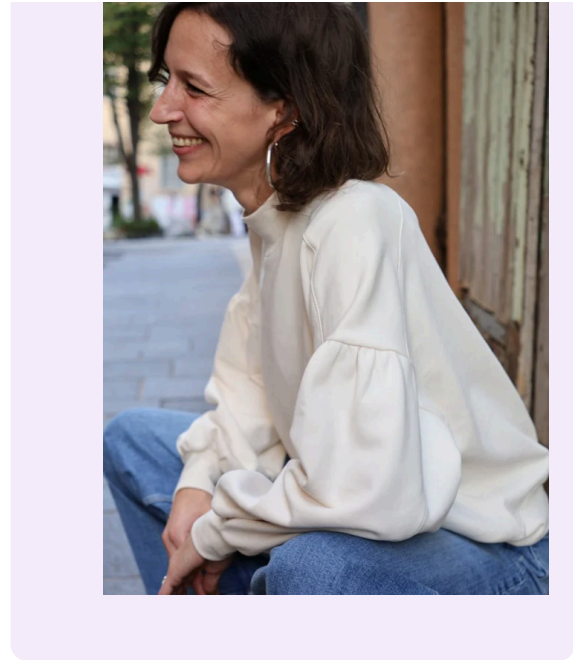
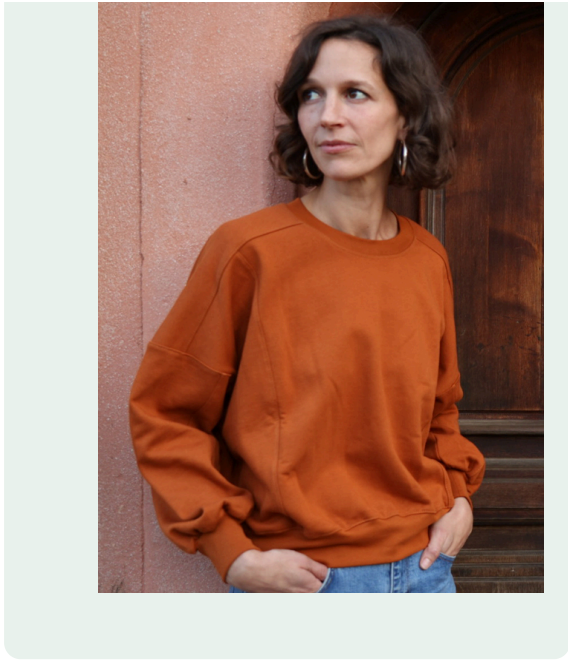
- Idéale pour un premier sweat
- Idéale pour un premier atelier couture
- Joli volume
- Look sweat confortable
- Deux longueurs possibles :
 - Longueur femme, plus courte
 - Longueur homme, plus longue



Version femme oversize — niveau intermédiaire

La version plus technique et plus bohème chic.

- Pour celles qui ont déjà cousu un peu
- Coupe plus oversize
- Manche bouffante
- Emmanchure très basse
- Fronces à réaliser
- Look tendance et original



🤔 Quelle version choisir ?



Choisis la version mixte si...

Niveau : débutant

- C'est ton **premier sweat**
- C'est ton **premier atelier couture**
- Tu veux un projet plus simple et plus tranquille
- Tu préfères éviter les fronces

👉 Dans ce cas, c'est simple : **version mixte obligatoire.**



Choisis la version femme oversize si...

Niveau : intermédiaire

- Tu as déjà cousu quelques vêtements
- Tu as déjà cousu du sweat
- Les fronces ne te font pas peur
- Tu as envie d'un modèle plus travaillé
- Tu veux un look bohème chic

👉 Si tu te sens prête à avoir une petite suée à coudre les fronces, tu peux foncer sur cette version !



Comment préparer ton tissu ?

Une fois ta version choisie :

1. Choisis d'abord ta version : 🌿 mixte débutant ou ✨ femme oversize intermédiaire.
2. Repère ta taille dans le bon tableau.
3. Prévois le bon métrage de tissu.
4. N'oublie pas le bord-côte pour les finitions.



HYPER IMPORTANT : lave ton tissu AVANT l'atelier !

Le sweat et le bord-côte peuvent rétrécir au premier lavage. Si tu couds ton projet sans laver le tissu avant, ton sweat risque de rétrécir après son premier passage en machine... et là, grosse déception 😱

👉 Donc avant de venir : **lave, sèche et repasse ton tissu** comme tu le feras pour ton sweat terminé.



Les métrages sont indiqués pour t'aider à venir avec le bon matériel.

Si tu hésites entre deux tailles ou deux versions, prends un peu de marge : c'est toujours plus confortable !

Version mixte — niveau débutant



À choisir si tu veux une version plus accessible, confortable et sans fronces.

C'est la version conseillée si tu débutes ou si tu veux un atelier plus tranquille.

Métrages — tailles XXS à L

Taille	XXS	XS	S	M	L
Correspondance des tailles	32/34	34/36	36/38	38/40	40/42
Tissu – laize 140 cm					
Longueur femme	140 cm	140 cm	150 cm	150 cm	190 cm
Longueur homme	150 cm	150 cm	160 cm	160 cm	210 cm
Tissu – laize 170 cm					
Longueur femme	130 cm	130 cm	130 cm	130 cm	140 cm
Longueur homme	140 cm	140 cm	140 cm	140 cm	150 cm
Bord-côte – laize 35 cm*	75 cm	75 cm	75 cm	75 cm	75 cm

Taille	XXS	XS	S	M	L
Bord-côte – laize 70 cm*	40 cm	40 cm	40 cm	40 cm	45 cm

Métrages — tailles XL à 4XL

Taille	XL	2XL	3XL	4XL
Correspondance des tailles	42/44	44/46	46/48	48/50
Tissu – laize 140 cm				
Longueur femme	200 cm	200 cm	210 cm	210 cm
Longueur homme	220 cm	220 cm	230 cm	230 cm
Tissu – laize 170 cm				
Longueur femme	150 cm	150 cm	160 cm	160 cm
Longueur homme	160 cm	160 cm	170 cm	170 cm
Bord-côte – laize 35 cm*	75 cm	75 cm	75 cm	75 cm
Bord-côte – laize 70 cm*	45 cm	45 cm	45 cm	45 cm

✨ Version femme oversize — niveau intermédiaire



À choisir si tu veux la version avec manche bouffante et fronces.

Cette version demande un peu plus d'aisance en couture : les fronces ajoutent de la difficulté.

Métrages — tailles XXS à L

Taille	XXS	XS	S	M	L
Correspondance des tailles	32/34	34/36	36/38	38/40	40/42
Tissu – laize 140 cm	180 cm	180 cm	180 cm	180 cm	190 cm
Bord-côte – laize 35 cm*	75 cm	75 cm	75 cm	75 cm	75 cm
Bord-côte – laize 70 cm*	40 cm	40 cm	40 cm	40 cm	45 cm

Métrages — tailles XL à 4XL

Taille	XL	2XL	3XL	4XL
Correspondance des tailles	42/44	44/46	46/48	48/50
Tissu – laize 140 cm	190 cm	190 cm	200 cm	200 cm
Tissu – laize 170 cm	150 cm	150 cm	160 cm	160 cm
Bord-côte – laize 35 cm*	75 cm	75 cm	75 cm	75 cm
Bord-côte – laize 70 cm*	45 cm	45 cm	45 cm	45 cm

Matériel à prévoir pour l'atelier



1. Le tissu et le patron

- ☐ Ton tissu sweat, **lavé avant l'atelier**, dans le bon métrage selon ta version et ta taille.
- ☐ Ton bord-côte, dans la bonne laize : 35 cm ou 70 cm.
- ☐ Du fil de qualité, assorti à ton tissu.



2. Le matériel couture indispensable

- ☐ Une machine à coudre en bon état de fonctionnement, avec sa pédale et son câble.
- ☐ Des aiguilles adaptées au sweat / jersey.
- ☐ Une paire de ciseaux TISSU, réservée uniquement au tissu.
- ☐ Une paire de ciseaux pour le papier
- ☐ Des épingles ou des pinces de couture.
- ☐ Un mètre ruban.
- ☐ Un découd-vite, parce que oui... ça arrive à tout le monde 😊



3. Pour tracer, noter et préparer

- ☐ Une craie tailleur ou un stylo effaçable.
- ☐ Une petite trousse classique : stylo, crayon, colle, papier collant si besoin.



4. Et pour tenir le coup

- ☐ Un casse-croûte.
- ☐ Une boisson.
- ☐ Une petite collation pour la pause.



À vérifier avant de venir

- Ta machine fonctionne correctement.
- Ton tissu et ton bord-côte sont **lavés avant l'atelier**.
- Tu as choisi la bonne version du patron selon ton niveau.



Petit rappel : 🌿 version mixte = débutant / ✨ version femme oversize = intermédiaire.

Si tu hésites, pas de panique : on regardera ensemble au début de l'atelier pour vérifier que tout est OK.