

[Shop](#) [Nähen](#) [Familie](#) [Reisen](#) [Fotografie](#) [Lifestyle](#)[About](#) 

# Mundschutz selber nähen: Kostenlose Anleitungen zum Atemschutzmasken nähen

Von [Katja](#) | [DIY](#), [Inspiration](#), [Kostenlose Schnittmuster](#),  
[Lifestyle](#), [Nähen](#), [Nähen für Frauen](#), [Nähen für Männer](#)



**1.630**  
MAL  
GETEILT





**Inhaltsverzeichnis** [\[Anzeigen\]](#)

## Atemschutzmaske selber nähen

Ich glaube gerade nicht, dass ich diese Zeilen schreibe. Aufgrund der aktuellen Situation mit Corona und dem teilweisen Engpass an Mundschutz möchte ich euch hier eine Anlaufstelle bieten an der ihr alle kostenlosen Schnittmuster für Atemschutzmasken zum selber nähen findet. Da der Bedarf an Atemschutzmasken bzw. Mundschutz Masken steigt und nicht gedeckt werden kann, haben wir hier für euch kostenlose Anleitungen und Schnittmuster aufgelistet, wie ihr euch Atemschutzmasken selber nähen könnt. Eine ganz einfache bebilderte Anleitung findet ihr auch direkt hier, mit Video. Wir haben euch auch Infos zusammengestellt, wohin ihr genähte Masken spenden könnt (wo sie wirklich benötigt werden) und welche Stoffe geeignet sind und wo ihr sie her bekommt.

### Was finde ich hier in diesem Artikel?

- Mundschutz Näh-Anleitung inkl. Schnittmuster
- Video-Anleitung zum Mundschutz nähen



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



- Infos welche Stoffe geeignet sind und wo ihr diese herbekommt
- Liste aller Schnittmuster für Masken (deutsch & englisch)
- Infos wo Masken aktuell gebraucht werden

**Info:** Es handelt sich bei allen selbst genähten Mund-Nasen-Schutz um "einfache Masken", um sogenannte Behelf-Mund-Nasen-Schutz. Diese haben natürlich keine speziellen Filter. Diese einfachen Masken schützen NICHT vor Corona. Sie bieten keinen vollständigen Schutz. Sie bringen aber trotzdem was:

**Fremdschutz:** Ist jemand krank, kann derjenige einen Mund-Nasen-Schutz tragen. Dieser schützt dann seine Umgebung, weil z.B. beim Niesen weniger Tröpfchen durch die Gegend fliegen. Hierzu kannst du die Schnittmuster unten verwenden. *Der beste Schutz für die Umgebung ist allerdings immer noch: kein Kontakt. Wer krank ist, isoliert sich bitte erst recht!*

**Eigenschutz:** Ein Mund-Nasen-Schutz ob selbst genäht oder nicht, schützt einen gesunden Träger nicht wirklich vor Ansteckung. Das Tragen kann aber psychologisch sinnvoll sein. Dann aber als Privatperson nicht die medizinischen Mundschutz verwenden, die so dringend gebraucht werden, sondern lieber einen selbst genähten, nach einem der Schnittmuster in der Tabelle.

**Spenden an Krankenhäuser, Arztpraxen, Wohnheime, Notgruppen, usw.:** Der Mangel an Schutzausrüstung führte dazu, dass viele Organisationen, Radiosender



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



und viele mehr zum Nähen von Behelf-Mund-Nasen-Schutz aufrufen. Hierzu könnt ihr die unten gesammelten Schnittmuster verwenden.



Bitte teilt diese Seite, damit jeder der es benötigt, die für ihn richtige Anleitung zum Mundschutz selber nähen findet!!! Hier findet ihr ein Bild zum Pinnen:



**MUND SCHUTZ  
SELBER NÄHEN**

So nährst du dir einen Mundschutz. Alle kostenlose Anleitungen und Tipps findest du hier.

*Näh*  
**FROSCH**

## Video Anleitung für die 2 Masken-Typen “Halbrund” und “Eckig mit Faltung”

Hier habe ich für euch eine ganz einfache Video Nähanleitung für die zwei gängigsten Maskentypen. Für Variante 1 benötigt ihr ein



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfrosch interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



Schnittmuster, das ihr euch [hier herunterladen](#) könnt. Für Variante 2 wird kein Schnittmuster benötigt.



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfrosch findest du interessante Artikel und Tipps rund um die Themen [Familie](#), [Reisen](#), [Fotografie](#), [Lifestyle](#), [Nachhaltigkeit](#) - und alles über's [Nähen](#). Erfahre mehr [über uns](#)!

Ich habe die Mundschutz-Masken im Video ohne Draht genäht, damit jeder mit einer einfachen Haushaltsnähmaschine und wenig Material die Masken nach nähen kann. Weiter unten findet ihr noch eine bebilderte Nähanleitung als Ergänzung.

Schön, dass du hier bist! Auf Nähfrosch findest du interessante Artikel und Tipps rund um [Familie](#), [Reisen](#), [Fotografie](#), [Lifestyle](#), und alles über's [Nähen](#). Erfahre mehr



Atemschutzmaske Mundschutz s...



- Hier findet ihr das Schnittmuster zum Video
- Hier kommt ihr zur Stelle im Video mit Variante 1 "Halbrund"
- Hier kommt ihr zur Stelle im Video mit Variante 2 "Eckig mit Faltung"

**Mundschutz nähen Anleitung  
(Variante 1, mit Schnittmuster)**



## Schritt 1

Ladet euch [hier das Mundschutz Schnittmuster herunter](#) und druckt es aus. 4 x das Maskenteil zuschneiden, dabei müssen je 2 als "Paar" gegengleich sein.



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfrosch interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



## Schritt 2

Je 2 Teile aufeinander legen, die schönen Seiten nach innen.

## Schritt 3

Die Runden zusammenstecken und nähen.





## Schritt 4

Die Nahtzugabe entlang der Rundung etwas zurückschneiden. Das geht gut mit einer Zackenschere. Ansonsten kann man auch kleine Keile bis zur Naht schneiden. So legt sich die Rundung besser. Achtung! Nicht in die Naht schneiden!



## Schritt 5

Maskenteile auffalten. Je 2 mit den schönen Seiten nach innen aufeinanderlegen.

Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre meh





## Schritt 6

Oben und unten zusammenstecken und nähen.



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre meh



## Schritt 7

Nahtzugabe auch hier wieder zurück schneiden, damit es sich besser legt nach dem Wenden.



## Schritt 8

Durch eine der offenen Seiten die Maske wenden und gut bügeln.



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre meh

## Schritt 9



Die Nahtzugaben an den offenen Seiten nach innen einklappen und gut bügeln.

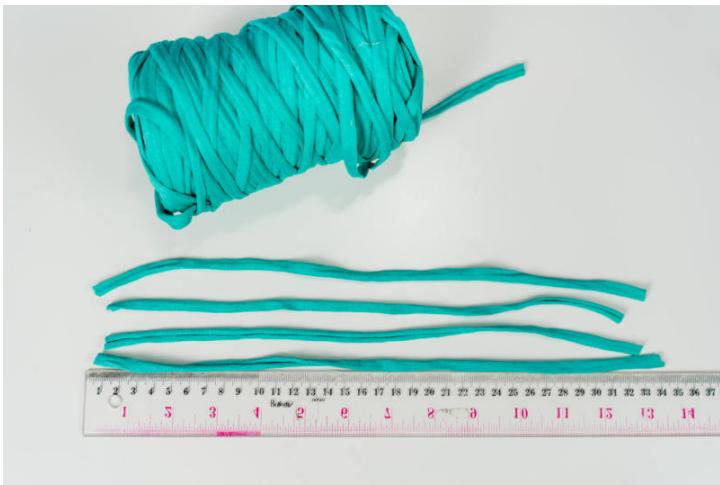


## Schritt 10

Bänder zuschneiden. Hier hast du verschiedene Möglichkeiten:

- Gummi zum hinter den Ohren zusammenknoten: 4 einzelne Stücke ca. 17 cm lang
- Gummi als Schlaufe für hinter die Ohren: 2 Stücke ca. 17 cm lang
- Band zum Binden: 4 Stücke je 34 cm lang, z.B. zusammengenähtes Schrägband oder Jerseynudel





## Schritt 11

Je ein Band etwa 1 cm weit in eine Ecke einschieben. (Willst du eine Gummi Schlinge für hinter die Ohren nähen, kommt natürlich ein Band an jede Seite. Davon jeweils Anfang und Ende in eine Ecke einschieben, so dass eine Schlaufe entsteht.)

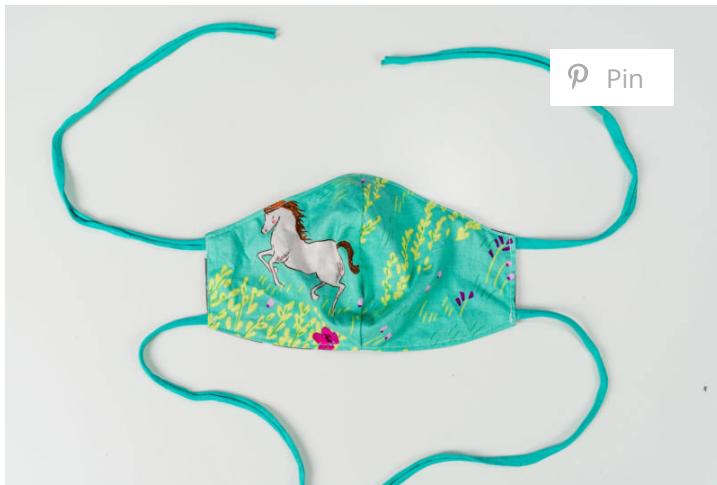


## Schritt 12

Einmal komplett um die ganze Maske herum knapp an der Kante entlang nähen. Dabei werden die Bänder mit fest genäht. An den Bändern kann man ruhig mal vor und zurück drüber nähen, damit sie gut fest sind.

Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre meh





Fertig! Weiter unten findet ihr noch eine weitere bebilderte Anleitung zur Variante 2 aus dem Video, bei der KEIN Schnittmuster notwendig ist.

Du möchtest dich mit Gleichgesinnten zum Mundschutzmasken-Nähen austauschen? Dann komm in unsere [Facebook Gruppe](#), in der es um den Ideenaustausch von kostenlosen Schnittmustern geht.

→ [Zur Facebook Gruppe](#)

## Geeignete Stoffe zum Masken nähen

Die Stoffe für den Mundschutz sollten robust sein, sie müssen öfter gewaschen werden, bei 60 Grad oder 90 Grad. Es sollten also am besten **kochfeste Stoffe, kochfeste Bänder und kochfeste Gummibänder** verwendet werden. Bei einigen Stoffen stehen in der Pflegeempfehlung niedrige Temperaturen wie 30 oder 40 Grad. Oft sind die Stoffe aber auch bei höheren Temperaturen waschbar, nur verlieren sie dann unter Umständen die Farbe.

Es muss unbedingt gewährleistet sein, **dass man durch den Stoff atmen kann**. Um dies zu testen den Stoff doppelt falten und um Mund und Nase legen. Ist das Atmen ohne großen



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



Widerstand möglich, ist das Material geeignet.  
Gut ist auch, wenn der Stoff **schnell wieder trocknet**.



**Geeignete Stoffe für Atemschutzmasken sind zum Beispiel:**

- Molton
- Baumwollkörper
- Baumwollfahnenentuch
- Baumwoll-Voile
- Batist

Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



## Stoffe kaufen für Mundschutz Masken

Hier gibt es z.B. geeignete Stoffe:

- **Stoffe Hemmer**
- **Aktivstoffe**

[www.aktivstoffe.de](http://www.aktivstoffe.de) Ventilus - Atemvlies (per 0,5m)





Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre meh



3m Gummilitze Gummiband Breite: 6mm  
Weiss...



→  
Kochfestes  
Gummiband  
bei Stoffe-  
Hemmers

→ 60 Grad  
waschbarer  
Baumwoll Batist bei  
Stoffe-Hemmers



→ 60 Grad

→ Leichter



waschbarer  
Baumwoll Köper  
bei Stoffe-  
Hemmers

Molton bei  
Stoffe-Hemmers



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre meh



Hooooked RibbonXL Sparset aus 3 Rollen je  
120 Meter...



Schachenmayr Cotton Jersey 9807363-  
00022 gold...





Creative-Beads Gummischnur, ca. 0,8mm  
dick, weiss,...

Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros  
interessante Artikel und Tipps rund u  
**Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle,**  
und alles über's **Nähen**. Erfahre meh



**+++Update+++**

Wir haben von Josefine in den Kommentaren  
folgenden Tipp erhalten: "Der Mundschutz wäre  
noch sinnvoller aus Microfasertuch, es ist um  
ein vielfaches dichter gewebt, hat viele  
vorteilhafte Eigenschaften. Es kann man  
waschen und feucht 1 Minute in der Mikrowelle  
desinfizieren."

Wenn jemand mit Mikrofasertuch Erfahrungen  
gemacht hat, gerne in den Kommentaren  
berichten.



Mikrofasern Reinigungstücher - 5 EXTRA  
große...



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros  
interessante Artikel und Tipps rund u  
**Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**,  
und alles über's **Nähen**. Erfahre meh



AmazonBasics Mikrofaser Sporthandtuch-Set

...



## Über 1.500 kostenlose Schnittmuster

Du bist auf der  
Suche nach einer  
Idee für dein  
neues Näh-  
Projekt? Dann  
stöbere in  
unserem  
Kostenlose  
Schnittmuster  
Verzeichnis mit  
über 1.500  
kostenlosen  
Schnittmustern



und du wirst  
garantiert fündig!

Hier geht's zu den  
kostenlosen  
Schnittmustern



## Nähanleitung Atemschutzmaske nähen (Variante 2, KEIN Schnittmuster notwendig)

### Materialien

- 2 Rechtecke aus geeignetem Stoff. Maße:  
18 x 24 cm
- Kochfestes Gummiband oder  
Jerseystreifen oder Schnürsenkel oder  
gefaltet genähtes Schrägband als Bändel  
zum binden



### Schritt 1

Lege die Stoffstücke aufeinander. Die schönen  
Seiten zeigen dabei zueinander, also rechts auf  
rechts.

### Schritt 2

Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros  
interessante Artikel und Tipps rund u  
[Familie](#), [Reisen](#), [Fotografie](#), [Lifestyle](#),  
und alles über's [Nähen](#). Erfahre meh



Die beiden langen Seiten werden nun mit der Nähmaschine entlang genäht.



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre meh



## Schritt 3

Wende dein Nähstück, also kremple es herum so dass nun die schöne Seite außen ist.

## Schritt 4

Nun werden Falten gelegt. Es sollen 3 Falten werden, die in die gleiche Richtung zeigen. Wenn die Falten gelegt sind, sollte die Seite noch ca. 6 – 6,5 cm lang sein.

## Schritt 5

Stecke die Falten fest. Schiebe die Gummibänder oder Bindebänder an allen 4 Ecken etwa 1 cm in die Maske hinein und stecke sie ebenfalls fest.



## Schritt 6

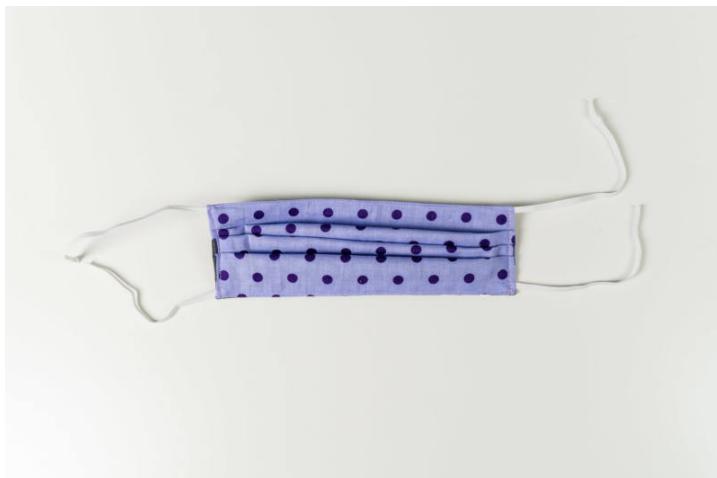
Nähe einmal um alle 4 Seiten herum, knapp an der Kante entlang. Da wo die Falten sind, kannst du sicherheitshalber 2 mal drüber nähen. Da wo die Bänder sind, kannst du ein paar Stiche vor und zurück drüber nähen, damit die Bänder auch gut halten.



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre meh



Die Maske ist nun fertig. Vor dem ersten Tragen empfiehlt es sich, die Maske zu waschen. Und nach jedem Tragen sowieso. Bitte nach dem Tragen die Außenseite der Maske nicht anfassen!



So sieht die fertige Maske am Mann bzw. an der Frau aus:





**Du suchst  
Online-Shops  
um Stoffe  
und  
Nähzubehör  
zu kaufen?**



Damit du den Überblick in den Weiten des Internets nicht verlierst, habe ich dir hier Online-Shops aufgelistet, in denen ich häufig Stoffe kaufe. Egal ob Stoffe oder Nähzubehör, hier wirst du garantiert fündig!

Hier geht's zu unseren Empfehlungen

Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



**Kostenlose Schnittmuster für  
Behelf-Mund-Nasen-Schutz**



# (BMNS)

Hier findet ihr eine Tabelle mit noch vielen weitere Anleitungen zum Mundschutz nähen. Sowohl deutsche, als auch englische.

Kennt ihr noch mehr Anleitungen für einen Mundschutz? Hinterlasst uns unten einen Kommentar mit dem Link und wir nehmen die Anleitung mit in unsere Sammlung auf!

Suchen:



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre meh



## Link zum Mundschutz ⇔ Ersteller ⇔ Beschreibung

|                          |                      |   |
|--------------------------|----------------------|---|
| Mundschutz               | Berlinerie           | Mundschutz mi Anleitung in 5 verschiedenen Sprachen (deut englisch, franzö italienisch, spar Mouth guard m with instruction in different langua (german, englis espagnol, frenc italiano) |
| Mundschutz               | The Sew Side         | Mundschutz in verschiedenen   |
| Behelf-Mund-Nasenschutz  | Stadt Essen          | Nähanleitung z Selbernähen ei Behelf-Mund-N Schutzes (BMN'  |
| Face Mask Sewing Pattern | Craft Passion        | Englische Näha für einen Mund English sewing instructions for a face mask   |
| Atemschutzmaske          | Malu Nähcafé Dresden | Nähanleitung fi Mundschutz in Größe   |



|                     |                     |  |
|---------------------|---------------------|--|
| Mundschutz          | Sew Simple          | Nähanleitung für eckigen Mund  |
| Atemschutzmaske     | Textilsucht         | Detaillierte Anleitung um einen Atemschutz zu nähen. Inklusive Schnittmuster   |
| Gesichtsmaske       | ChezNU.tv           | Anleitung um eine Gesichtsmaske zu nähen   |
| DIY Mundschutz      | Textile Geschichten | Deutsche und englische Nähanleitungen für einen einfachen Mundschutz / and english sewing instructions for simple DIY-Masks  |
| Mundschutz          | Utopia              | Anleitung zum Nähen eines Mundschutzes   |
| Hygienemaske        | Quiltzauberei       | Informationen und Anleitung zum Nähen eines Behelfs-Mund-Nasen-Schutzes (BMNS).  |
| Atemschutzmaske 2.0 | Nähtalente          | Atemschutzmaske: verbesselter Platz und Tasche für Filter  |
| Face Mask           | Cricut              | Englische Anleitung für einen Mundschutz. Besonderheit hier ist, dass man die Maske auch platzieren kann / English instruction for a face mask. You can place the mask |



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros sind interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



|                       |                                |   |
|-----------------------|--------------------------------|---|
| Fu Face Mask          | Freesewing.org<br>Fu Face Mask | Englische Anleitung<br>eine Atemschutzmaske / English instructions for a face mask  |
| Staub- und Mundschutz | Crazypatterns                  | Zwei Varianten<br>einen Mund- und Staubschutz   |
| Face Mask             | Jennifer Maker                 | Englische Anleitung<br>eine Mundschutzmaske<br>Der Stoff kann in einem Cricut Plotter geplottet werden<br>English instructions for sewing a face mask<br>You can also plot the mask with a Cricut |
| Face Mask             | It's always Autumn             | Englische Anleitung<br>eine Atemschutzmaske / English instructions for sewing a face mask   |
| DIY Cloth Face Mask   | Ashville JM                    | Englisches Anleitungen<br>einen Mundschutz<br>verschiedenen / English DIY for a cloth face mask   |
| How to Face Mask      | Deaconess                      | Englisches How To<br>einen Mundschutz<br>English How To<br>sewing a face mask   |
| Easy Face Mask        | Tiana's Closet                 | Einfache englische Anleitung und Schnittmuster für Mundschutzmaske<br>English How To<br>sewing an easy mask   |



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros findest du interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



|                        |                |   |
|------------------------|----------------|---|
| Surgical Face Mask     | Sarah Maker    | Englische Anleitung und Schnittmuster zwei Größen für Mundschutzmasken. English How To free pattern in two sizes for sewing surgical face mask. |
| Surgical Face Mask     | See Kate Sew   | 3 englische Anleitungen und Schnittmuster für Mundschutzmasken ways to make a surgical face mask  |
| Super Simple Face Mask | So Sew Simple  | Einfache englische Anleitung für einfache Mundschutzmasken. Super simple face mask instructions   |
| Face Mask              | Phoebe Health  | PDF Anleitung als Englisch für eine Mundschutzmaske. English PDF instructions and pattern for mask  |
| Facemask               | Button Counter | Bebilderte englische Anleitung zum Nähen einer Atemschutz-Maske nähen / English instruction with pictures for sewing a face mask                |



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



## Masken spenden

Hier gelangt ihr [zur Seite Maskmaker.de](#). Dort werden die aktuellen Bedarfsmeldungen eingestellt. Ihr findet hier also Organisationen/Einrichtungen in ganz Deutschland, an die ihr die genähten Masken schicken könnt.



**Achtung:** Scheinbar könnte es zu rechtlichen Schwierigkeiten kommen, wenn man selbst genähte Masken "in Umlauf bringt", also verkauft oder spendet, und diese als MundSCHUTZmasken oder AtemSCHUTZmasken anbietet oder irgendeine Art von Schutz verspricht. Besser scheint es zu sein, sie als "Mund-Nasen-Maske" oder "Mundhaube" zu bezeichnen.



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre meh



Du möchtest nähen lernen, weißt aber nicht wo du anfangen sollst? Oder du trittst auf der Stelle und kommst einfach nicht voran? Dann schau dir unsere Rubrik "Nähen lernen" an mit jeder Menge Tipps und Tricks. So meisterst du dein erstes Näh-Projekt!

→ [Hier entlang zu unserer Rubrik "Nähen lernen"](#)

## Diese Artikel solltest du auch unbedingt lesen:

- [Faschingskostüm selber machen: Ideen und Anleitungen zum Faschingskostüme selber nähen](#)
- [Schlafmaske nähen: Tutorial für eine einfache Schlafmaske](#)
- [Was kann man Zuhause machen? Beschäftigungstipps für Kinder und Erwachsene für die aktuelle Situation](#)
- [Eichhörnchen Kobel nähen für mutterlose Eichhörnchen Babys](#)
- [Mein perfektes Projektbuch Nähen - Buchrezension](#)



- Sonnensegel für Kinderwagen nähen und Tasche für Kinderwagen nähen

## Folge uns bei Social Media:



### Erhalte 3 Nähfrosch-Schnittmuster deiner Wahl geschenkt

Werde Nähfrosch Mitglied und du erhältst als Willkommens-Präsent 3 Schnittmuster deiner Wahl geschenkt. Außerdem erhältst du Zugriff auf exklusive Inhalte, Anleitungen und noch mehr Schnittmuster. Klicke auf den Button und erfahre, wie du Nähfrosch Mitglied werden kannst.

Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



#### MEHR ERFAHREN

### Kennst du schon unsere Schnittmuster?

| Nähanleitung & Schnittmuster  |   |   |
|---|---|---|
| Herren Größe S - XXXL   | Kinder Größe 92 - 164   | Nähanleitung & Schnittmuster  |
| <b>HERRENHOSE RAS</b><br>Einfach zu nähende Herrenhose mit nur einem Schnittteil und einer Naht | <b>KINDERHOSE RAS</b><br>Einfach zu nähende Kinderhose mit nur einem Schnittteil und einer Naht | <b>LOOP SCHAL</b><br>Anleitung für einen schnell und einfach zu nähenden Loop-Schal |

#### Herrenhose Kinderhose Freebook

**RAS**

2,99 €

Enthält 7% MwSt.



**RAS**

3,99 €

Enthält 7% MwSt.



**LOOP**

0,00 €



Transparenz ist uns wichtig! In diesem Artikel können Empfehlungs-Links enthalten sein. Wenn du über diese Links etwas kaufst, erhalten wir eine kleine Provision. Dir entstehen dadurch keine Mehrkosten und du kannst so unsere Arbeit unterstützen.



## 8 Kommentare

Gabi-Maria 26. März 2020 um 10:40 Uhr - Antworten

Die Stadt Essen hat eine Anleitung für einen Mundschutz herausgegeben:

[https://media.esSEN.de/media/wwwessende/aemter/0115\\_1/pressereferat/Mund-Nasen-Schutz\\_Naehanleitung\\_2020\\_Feuerwehr\\_Essen.pdf](https://media.esSEN.de/media/wwwessende/aemter/0115_1/pressereferat/Mund-Nasen-Schutz_Naehanleitung_2020_Feuerwehr_Essen.pdf)

und bei 'Das Haus am Rosensofa' auf you tube kann man das Nähen Schritt für Schritt verfolgen

---

Christine 26. März 2020 um 13:51 Uhr - Antworten

Das ist eine tolle Anleitung, vielen Dank und bleiben Sie gesund.

Mit herzlichen Grüßen  
Christine

---

Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre mehr



Katja 26. März 2020 um 18:28 Uhr - Antworten

Danke! Das wünsche ich uns allen.

---

Josefine Abbey-Zöllner 27. März 2020 um 9:25 Uhr - Antworten

Hallo  
Der Mundschutz wäre noch Sinnvoller aus Microfasertuch, es ist um ein vielfaches dichter gewebt, hat viele vorteilhafte Eigenschaften. Es



kann man waschen und feucht 1 Minute in der Mikrowelle desinfizieren.

---

Katja 27. März 2020 um 14:59 Uhr - Antworten

Hallo Josefine,

vielen Dank für deinen Tipp. Wir haben Ihn mit in den Artikel aufgenommen. Wer hat noch Erfahrungen mit Mikrofaser gemacht?

---



Schön, dass du hier bist! Auf Nähfros interessante Artikel und Tipps rund u **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle**, und alles über's **Nähen**. Erfahre meh

Monika Jüngling 27. März 2020 um 16:46 Uhr - Antworten

Hallo Katja, vielen lieben Dank für die Anleitung. Habe für meinen Mann und mich die Halbrunde genäht. Zuerst ein wenig geflucht, danach nochmal in Ruhe alles angeschaut – geht doch. Ich habe Teddystoff und ein Stück von der Baumwolltischdecke.  
Danke und bleib gesund  
MfG  
Monika

---



Anne 28. März 2020 um 7:41 Uhr - Antworten

Hallo. Ich kann nirgends finden, ob bei deinem halbrunden Schnittmuster die nahtzugabe bereits enthalten ist?

---

Katja 28. März 2020 um 7:50 Uhr - Antworten

Die Nahtzugabe ist auf dem Schnitt direkt eingezeichnet. Sie ist enthalten, die helle Linie ist sozusagen die Näh-Linie.

---

**Hinterlasse einen Kommentar**



Kommentar...

Name (notwendig) E-Mail (notwendig) Webseite



#### KOMMENTAR SENDEN

Schön, dass du hier bist! Auf Nähfrosch interessante Artikel und Tipps rund um **Familie, Reisen, Fotografie, Lifestyle,**

#### NÄHFROSCH

Über Nähfrosch  
Presse & Vorträge  
Kooperationen

#### NÄHEN

Nähen für Anfänger  
Nähen lernen  
Nähbücher

#### SCHNITTMUSTER

Kostenlose Schnittmuster  
Babyhose RAS Shop

#### FOTOGRAFIE

Kamera  
Kaufberatung  
Fotografie Tipps  
Presets/Filter

---

© Copyright 2012 - 2020 | Nähfrosch - Der Nähblog |  
Impressum | Datenschutzerklärung

