

YOGA Socken

Anleitung von Bianca Lehmann



Größe: 38/39 und 40/41

Material:

- **Opal 4-fach, Yoga (LL= 425m/100g)**
Lebensenergie Fb- Nr. 11662 100g
- **Nadelspiel** 2,5

Muster:

- **Bündchen Muster:** 1 M re, 2 M li im Wechsel
- **Muster für Schaft und Oberfuß:** 4 M re, 2 M li im Wechsel 6 Rd
4 M li, 2 M re im Wechsel 6 Rd
oder nach Strickschrift

Maschenprobe:

30 M x 42 R = 10 cm x 10 cm

Hinweis:

Yogasocken verbinden Wärme und Beweglichkeit. Durch die offenen Fersen und Zehen bleibt der direkte Kontakt zum Boden erhalten, was Balance, Standfestigkeit und ein sicheres Gefühl in den Asanas unterstützt.

Das elastische Strickmuster sorgt für eine anschmiegsame Passform, ohne einzuengen. Die Yoga Socken werden wie normale Socken gestickt, allerdings ohne Ferse und Spitze.

So geht's:

Bündchen: 60 M (15 M pro Nadel) auf dem Nadelspiel 2,5 anschlagen und zur Runde schließen. Darauf achten, dass sich die M nicht verdrehen. 1 Rd re M stricken. Dann 16 Rd im Bündchen Muster. = 17 Rd

Schafft: Für den Schaft das Muster gemäß Strickschrift insgesamt 6-mal arbeiten. = 89 Rd
Nun über Nadel 1 + 2 das Muster fortsetzen und über Nadel 3 + 4 das Bündchen Muster über 5 Rd arbeiten.

Ferse: Für die Fersen Öffnung, in der nächsten Runde (6. Rd im Muster über Nadel 1 +2) die Maschen auf 3 + 4 Nadel locker abketten. = 95 Rd
Anschließend über die abgeketteten Maschen 30 M neu aufnehmen und die Arbeit wieder zur Rd schließen. Danach über Nadel 3 + 4 5 Rd im Bündchen Muster und über Nadel 1 +2 im Muster stricken. = 101 Rd

Fuß: Für den Fuß das Muster gemäß Strickschrift 3 -mal arbeiten. = 137 Rd
Zum Abschluss 5 Rd Bündchen Muster stricken und in der 6. Rd alle M locker abketten. = 143 Rd

Fertigstellen:

Anfangs- und Endfaden gut vernähen. Die zweite Socke genauso arbeiten dabei mit dem gleichen Farbrapport beginnen.

Abkürzungen:

re M = rechte Masche
 li M= linke Masche
 U = Umschlag
 M = Masche
 Rdm = Randmasche
 M- Zahl = Maschenzahl
 Nd = Nadel

Fd = Faden
 Fb = Farbe
 R = Reihe
 Hinr = Hinreihe
 Rückr = Rückreihe
 Rd = Runde
 MS = Mustersatz

abh = abheben
 vers. =verschränkt
 zus = zusammen
 str = stricken
 fortl = fortlaufend
 überzog = überzogen
 wdh = wiederholen

Legende:

rechte Masche – linke Masche

Strickschriften:

Muster für Schafft und Oberfuß:

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|----|
| | | | — | — | | 12 |
| | | | — | — | | 11 |
| | | | — | — | | 10 |
| | | | — | — | | 9 |
| | | | — | — | | 8 |
| | | | — | — | | 7 |
| — | — | | | | | 6 |
| — | — | | | | | 5 |
| — | — | | | | | 4 |
| — | — | | | | | 3 |
| — | — | | | | | 2 |
| — | — | | | | | 1 |
| 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | |

Viel Spaß beim Nacharbeiten!