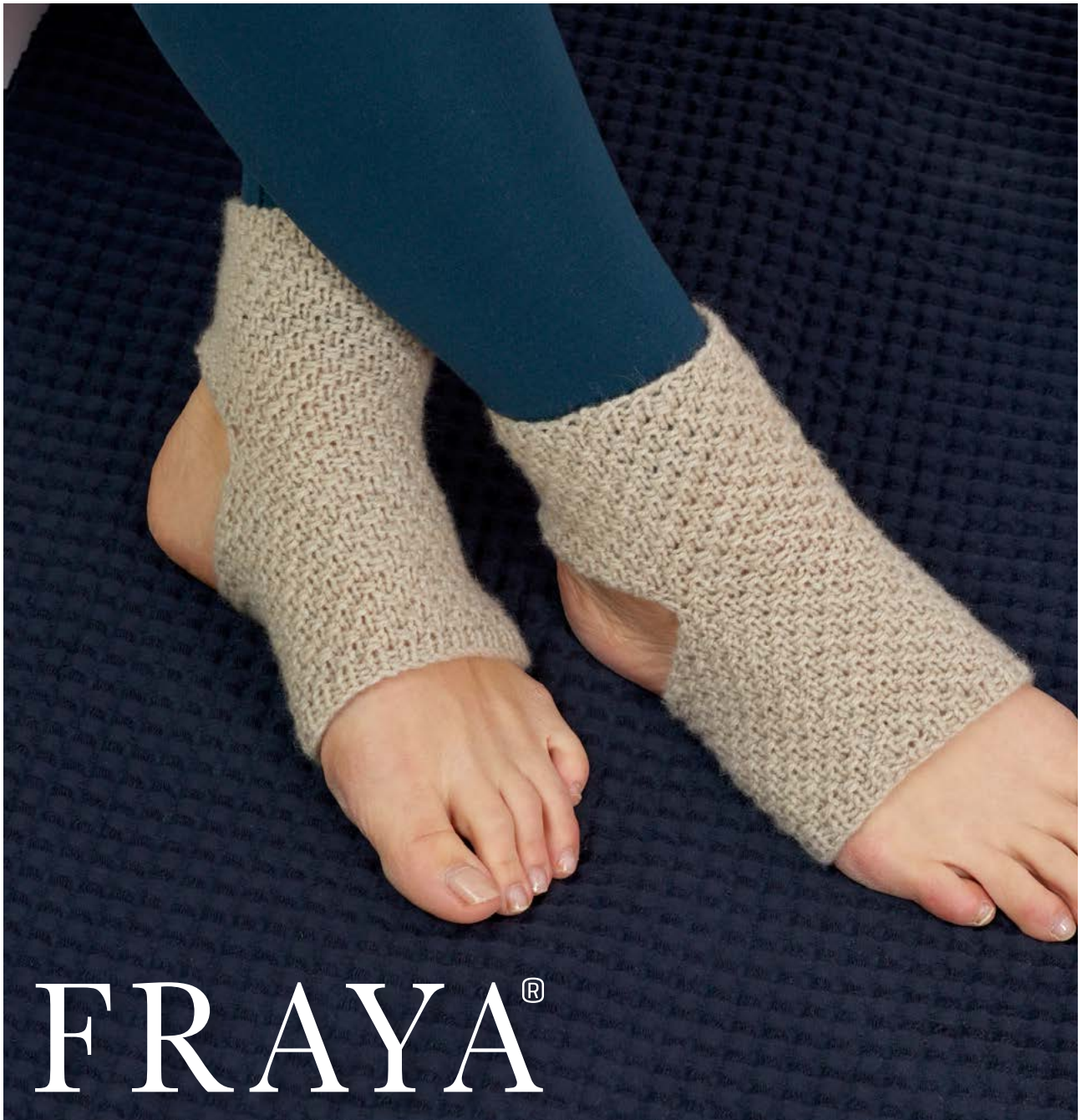


#SLOWYOGAWARMERS

slow yoga warmers



#SLOWYOGAWARMERS

slow yoga warmers

FORKORTELSER:**m** = Maske**r** = Rett**vr** = Vrang**omg** = Omgang

Designet av Vibe Ulrik

Yogastrømper strikket frem og tilbake:

Høyre strømpe:

Legg opp 44 m på 3½ mm pinne. Strikk ribb, *1 r, 1 vr* over alle masker de første 3 pinnene.

Strikk de neste 2 pinnene slik: *1 vr, 1 r*

Strikk de neste 2 pinnene slik: *1 r, 1 vr*

Disse 4 pinnene danner mønster. Fortsett til arbeidet måler 8 cm.

Lag et hull til hælen slik:

Strikk de første 22 m som maskene viser, fell deretter de siste 22 m av i ribb.

Sett tråden til de resterende masker og legg opp 22 m i forlengelse av dem. Snu pinnen og strikk mønster over alle 44 masker.

Fortsett i mønster som maskene viser til hele arbeidet måler 18 cm og fell alle masker av i ribb.

Venstre strømpe:

Legg opp 44 m på 3½ mm pinne. Strikk som til høyre strømpe til arbeidet måler 8 cm.

Lag et hull til hælen slik:

Fell de neste 22 m av i ribb, og strikk de siste 22 m som maskene viser.

Snu arbeidet og strikk 22 m som maskene viser, legg deretter opp 22 m i forlengelse av disse.

Snu arbeidet og strikk mønster over alle 44 masker.

Fortsett i mønster til hele arbeidet måler 18 cm og fell alle masker av i ribb.

Fest alle ender, brett hver strømpe og sy sidene sammen rett mot rett med madrassting. Skyll dem eventuelt opp, da det gjør dem ekstra myke.

Yogastrømper strikket rundt:

Yogastrømpene strikkes rundt med Magic Loop metoden eller på strømpepinne.

Legg opp 44 m på 3½ mm rundpinne 80 cm eller med 3½ mm strømpepinne. Sett en maskemarkør i starten av omgangen og strikk ribb, *1 r, 1 vr*, de neste 3 omgangene med Magic Loop metoden eller med strømpepinne.

Strikk de neste 2 omgangene slik: *1 vr, 1 r*

Strikk de neste 2 omgangene slik: *1 r, 1 vr*

Disse 4 omgangene danner mønster. Fortsett til arbeidet måler 8 cm.

Lag et hull til hælen slik:

Strikk de første 22 m som maskene viser, fell deretter av de neste 22 m.

Strikk de følgende 22 m som maskene viser, legg deretter opp 22 m.

Strikk de følgende 22 m som maskene viser og strikk de nye masker i mønster.

Fortsett i mønster til hele arbeidet måler 18 cm og fell alle masker av i ribb.

Strikk en strømpe til på samme måte.

Fest alle ender, skyll dem eventuelt opp, da det gjør dem ekstra myke.

STØRRELSER

ONE SIZE

MÅL

Ca 10 cm x 18 cm

GARN

Lavish Fraya

50% Cashmere + 50% Extrafine Merino

25 g = 100 m

GARNFORBRUK

50 g

STRIKKEFASTHET

på pinne nr. 3½

22 m x 44 pinner = 10 x 10 cm

VEILEDENDE PINNE

Rundpinne 80 cm nr. 3½ eller strømpepinne nr. 3½

OBS: Størrelsen på pinnene er kun veiledende. Strikker du fastere enn strikkefastheten skal du gå opp i pinnestørrelse – strikker du løsere skal du gå ned i pinnestørrelse.