

# Løbbindings armbånd



Sy disse flotte armbånd i løbbindingsteknik af hampgarn. Som sjæl/base anvendes en papirsnor. Armbåndene kan varieres med 3 eller flere omgange og farvekombinationer, - som giver nogle flotte kontraster med stingene. Sæt evt. nogle charms på med O-ringe.



## Sådan gør du

1. Længde på basesnoren/sjælen: Afmål et stykke flettesnor rundt om din hånd i 3 eller 4 omganges længde + 10 cm. Tvin de 3 snore på sjælen (flettesnoren) op ca. 7 cm. Klip 3,5 cm af den ene tråd og 3,5 cm af den næste. Tvin hver enkelt af de 3 tråde lidt op og klip papiret skråt af ca. 2 cm. Tvin trådene sammen igen.
2. Læg enden på hampgarnet hen langs med sjælen og vikl garnet bagom sjælen og rundt om denne.
3. Giv spidsen med starten en lille klat hvid lim, så beviklingen ikke løber op i spidsen.
4. Fortsæt med at vikle hampgarnet rundt om sjælen/basen. Lad vikletråden gå neden om sjælen, så du hele tiden vikler ind mod dig selv. Skift evt. farve. Tag den nye farve garn med under beviklingen. Skift farve ved at lade den nye farve gå foran sjælen og bagom.
5. Den gamle farve lægges sammen med sjælen. Fortsæt beviklingen indtil længden af beviklet snor kan nå rundt om din hånd.
6. Dan en cirkel og tjek at størrelsen passer.
7. Hold armbåndet så startenden peger nedad og lad vikletråden gå rundt om startenden og op og bagom den øverste række igen. Stram godt. Husk vikl op sy med højre hånd og hold arbejdet i venstre.
8. Lad nu vikletråden gå ind imellem de to rækker og bagom sjælen/basen og op. Derved dannes et 8-tals-sting. Stram godt til.
9. Vikl 4 gange rundt om sjælen/basen ind imod dig selv.
10. Lad vikletråden gå ned bag omkring begge rækker og op foran igen.
11. Lad igen vikletråden gå ind imellem de to rækker og bagom sjælen/basen og op.
12. Fortsæt på denne måde med 8-tals-sting indtil du møder startenden igen. Skift farve som du ønsker. Vælger du en kontrastfarve bliver stingene omkring den første omgang meget synlige.
13. Når beviklingen går forbi starten syes op imellem de to første sting på første omgang.
14. Forsæt nu med 4 beviklinger imellem 8-talsstingene og skift farve så der bliver nogle flotte kontraster på armbåndet.
15. Stop når der er ca. 10 cm tilbage indtil armbåndet skal afsluttes ud for startenden. Afmål sjælen/basen så den når ca. 3 cm forbi startenden og klip af. Tvin de 3 snore på sjælen (flettesnoren) op. Klip 5 cm af den ene tråd og 3,5 cm af den næste. Tvin hver enkelt af de 3 tråde lidt op og klip papiret skråt af. Tvin trådene sammen igen.
16. Fortsæt nu beviklingerne med 8-talssting hen over sjælen som bliver tyndere og tyndere og slut ud for startenden.
17. Vikl op foran de sidste to rækker og rundt om afslutningen og ud samme sted. Stram godt og klip det overskydende af sjælen.
18. Vikl nu stramt rundt om alle rækker på armbåndet 4 - 5 omgange og stik ud imellem 2. og 3. rækker.
19. Sy 2 sting på tværs af den brede bevikling imellem rækkerne 2 steder.
20. Hæft enden godt på indersiden af armbåndet, klip af og giv enden en anelse hvid lim.

