

Wollige Wendestulpen





Von: Danisch Pur GmbH & Co KG in Zusammenarbeit mit Amina Kielblock
Fotos der Anleitung stammen von Sandra OG

Das Kopieren, Weitergeben oder Veröffentlichen des Schnittes sowie der Anleitung ist untersagt.

Trotz sorgfältiger Prüfung kann keine Haftung für Fehler in der Anleitung oder dem daraus resultierenden Schnitt übernommen werden.

Gewerbliches Nähen der Stulpen ist in Absprache mit Claudia Danisch möglich.

Dir gefällt diese Anleitung?

Dann spende doch einen beliebigen Betrag an den Verein

[Zwerchfellhernie bei Neugeborenen – CDH e.V.](#)

IBAN: DE94 6725 0020 0009 2659 88

BIC: SOLADES 1 HDB

Kreditinstitut: Sparkasse Heidelberg

Inhaltsverzeichnis

Grundlagen	4
Zutatenliste – Das brauchst du für das Erstellen der Schnittteile.....	4
Materialwahl – Stoffeigenschaften – Tipps	5
Falls du gar nicht weiterkommst.....	5
Mein Vorhaben	6
1. Schnitterstellung	7
1.1. Grundschnitt (Variante 1, gerade)	7
1.2. Variante 2 (anliegende, konische Variante)	9
1.3. Maße für das Bündchen.....	12
2. Zuschnitt	13
2.1. Zuschnitt des Stoffes	13
2.2. Zuschnitt des Bündchens	13
3. Nähen Möglichkeit 1 (für Anfänger*innen gut geeignet)	15
3.1. Bündchen annähen.....	15
3.2. Zusammennähen.....	17
3.3. Wenden und Fertigstellen.....	19
3.4. Absteppen der Nahtzugabe bei Walk.....	21
3.5. Absteppen der Bündchen am Ende	21
4. Nähen – Möglichkeit 2 (küssende Rüssel)	22
5. Weitere Anpassungsmöglichkeiten und Änderungen im Nachhinein am SM oder am fertigen Werk	29
5.3. Verlängern	29
5.4. Verschmälern	29
5.5. Variationen	30
5.5.1. Yogastulpen.....	30
5.5.2. Einlagig ohne Bündchen	32
6. Lookbook	33
Version 1.....	33
Version 2.....	37
7. Mitwirkende der Anleitung	44

Grundlagen

Wie bei allen Anleitungen: Lies sie dir bitte einmal komplett durch. Du wirst dir dein eigenes Schnittmuster zeichnen. Hierbei gibt es ganz viele verschiedene Möglichkeiten, wir haben eine Möglichkeit, die wenig fehleranfällig ist, getestet. Aber am Ende der Anleitung findest du noch weitere Hinweise mit alternativen Vorgehensweisen.

Die zu nähenden Stulpen sind für Erwachsene und für Kinder **ab** einer Körpergröße von ca. 110 gut geeignet. Davor musst du ggf. selbst ausprobieren und abändern, bis die Stulpen gut zu den Beinen deines Kindes passen.

In dieser Anleitung werden zwei Grund-Varianten beschrieben.



Variante 1a: durchgehend gerade (nach Wadenumfang)



Variante 2b: anliegend, zum Knöchel schmaler werdend

Je nach persönlicher Vorliebe, kannst du die Stulpen exakt auf die Länge deiner Waden bringen oder durch Mehrlänge gestaucht/geschoppt nähen. Siehe dir dazu die Bilder im Lookbook an, um dir die jeweiligen Effekte anzusehen, die die Varianten optisch ausmachen und entscheide dich vorher für eine der dann insgesamt vier Möglichkeiten.

1. Variante 1a (gestaucht)
2. Variante 1b (ungestaucht)
3. Variante 2a und c (gestaucht)
4. Variante 2b (ungestaucht)

Zutatenliste – Das brauchst du für das Erstellen der Schnittteile

- Maßband und/oder Geodreieck
- Papier/Pergamentpapier
- Bleistift
- Schere/Rollschneider

Stoff:

- Hauptstoff
- Futterstoff
- Bündchen 1x oben
- Bündchen 1x unten

Für das Zusammennähen:

- Clips oder Nadeln zum fixieren
- Super Stretch Nadeln
- Nähmaschine (dehnbarer Stich) oder Overlock

In manchen Fällen lohnt es sich, mit der Nähmaschine zu arbeiten, damit Nähte auseinander gebügelt und abgesteppt werden können, so tragen diese nicht zu dick auf.

Es sind **keine Nahtzugaben** (NZ) in den zu erstellenden Schnittteilen enthalten, diese gibst du nach eigener Vorliebe (0,7-1,5 cm) beim Zuschnitt dazu.

Materialwahl – Stoffeigenschaften – Tipps

Wir empfehlen für die Stulpen alle Wollstoffe, die dir einfallen. Jedoch ist jeder Stoff von Wolle/Seide bis hin zu Webware unterschiedlich dehnbar, auch der persönliche Tragekomfort variiert. Deshalb geben wir dir ein paar Möglichkeiten an die Hand, wie du für dich die passende Weite ermitteln kannst, wenn du dir unsicher bist.

- a) Gib beim Zuschnitt im Bruch 1 bis 2 cm dazu. Nähe mit langem Geradstich, beide Stoffe (ohne Bündchen) in der Höhe (rechts auf rechts) zu einem Schlauch zusammen und probiere die äußeren und inneren Stulpenteile an. Jetzt hast du noch die Möglichkeit, die Stulpenteile an dein Bein anzupassen. Wegnehmen ist schließlich einfacher als wieder drannähen.
- b) Du hältst den Stoff mit dem Maß laut Anleitung fest und legst ihn um deine Wade. Dann entscheidest du, ob du mehr Weite benötigst.

Falls du gar nicht weiterkommst

Hilfe erhältst du in unserer Facebook-Gruppe „[Wolle/Seide Fans Danisch Pur- Nähen, Austausch, Biostoffe](#)“, von Mitgliedern, die den Schnitt bereits genäht haben. Einfach fragen – dort wird gerne und schnell geholfen. Du kannst uns natürlich auch per Mail über info@danischpur.de kontaktieren, solltest du gar nicht weiterkommen!

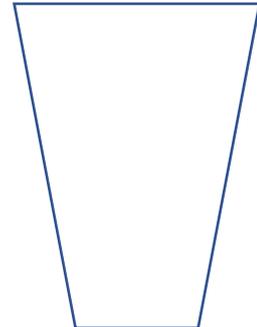
Mein Vorhaben

Wähle aus, welche Variante und welche Version du nähen möchtest. Hier kannst du Notizen machen.

Version 1



Version 2



Wadenumfang

Knöchelumfang

Beinlänge

Länge der Stulpe insgesamt

Länge Stoff

Bündchenhöhe

Bündchenweite unten

Bündchenweite oben

Stoffart Außen

Stoffart Innen

Kurzanleitung (für geübte Näher*innen und zur Erinnerung):

- 1) Miss die Länge deines Beines, wo die Stulpe sitzen soll.
- 2) Miss den Waden- und Knöchelumfang (bei V1 nur den Wadenumfang).
- 3) Zeichne das Schnittmuster erst nach V1, schneide es aus. Für ungestauchte Stulpen oben und unten 3 cm umknicken; für Variante 2 anschließend den Umfang 4 cm über dem Knöchel einzeichnen und auf jeder Seite in der Länge eine Diagonale von oben nach unten knicken, dann erhältst du ein Trapez, ggf. die oberen Ecken je 2 cm einknicken.
- 4) Schneide den gewünschten Stoff aus (sehr dehnbare Stoffe 1-2 cm im Bruch weniger).
- 5) Nimm je ein 10 cm hohes Bündchen (inkl. 1 cm NZ), die Weite mal 0,6 plus NZ.
- 6) Nähe alles zu in einem langen Kreis rechts auf rechts zusammen (Stoff, Bündchen, Stoff, Bündchen).
- 7) Falte den Stoff rechts auf rechts in der Länge und näh die jeweils passenden Stoffe zusammen – Wendeöffnung nicht vergessen.
- 8) Wenden und Wendeöffnung schließen.

1. Schnitterstellung

1.1. Grundschnitt (Variante 1, gerade)

Als erstes erstellen wir – *egal welche Variante du nähen möchtest* – ein gerades Stulpenschnittmuster, das die Länge deines Unterschenkels hat (Bild 2 **grüne** Linie). Diese nennen wir **Variante 1** (siehe Bild 1). Sie ist gerade geschnitten und orientiert sich am breitesten Punkt der Wade. Diese kann gestaucht/geschoppt genäht werden (Variante 1a) oder ohne Mehrlänge (Variante 1b).

Zuerst brauchen wir die Maße für die Stulpe. Wichtig ist, dass **du dort misst, wo die Stulpen sitzen sollen** – das kann von Bild 2 abweichen.

- Miss den Wadenumfang (die dickste Stelle der Wade, Bild 2 **rot**).
- Miss die Länge vom Ende der Wade (Bild 2 **blau**) bis zum Knöchel (Bild 2 **grün**) bzw. bis dahin, wo die Stulpe sitzen soll.

Aus diesen beiden Maßen zeichnest du ein Rechteck und schneidest es aus. Dann hast du das Grundschnittmuster ohne Nahtzugabe (NZ). Du kannst das Schnittmuster auch komplett im Bruch erstellen, dann musst du alle Weitenmaße halbieren.

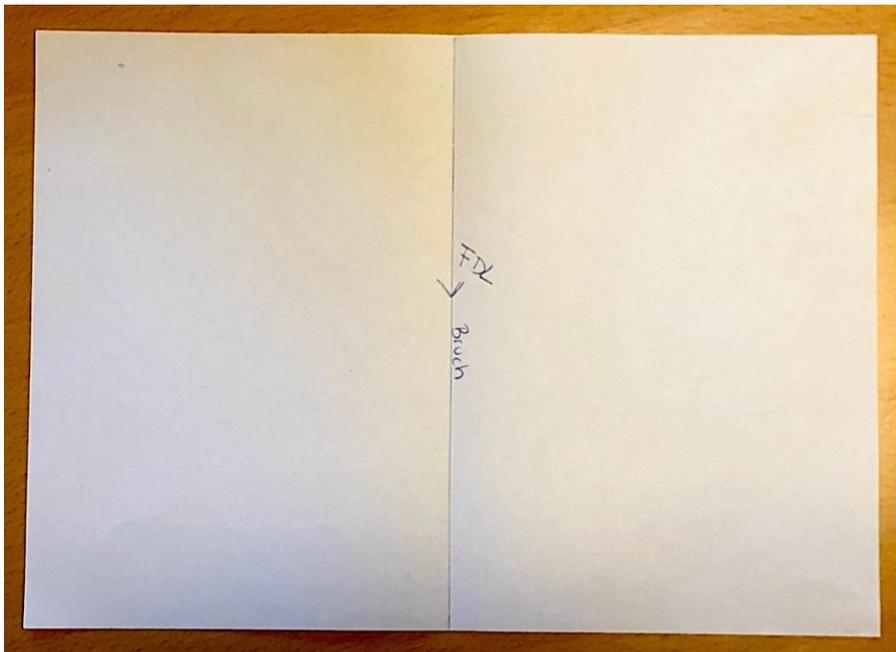


Bild 1 Grundschnittmuster – Variante 1

Wichtig! Möchtest du die Stulpen über der Strumpfhose/Jeans tragen, nimm bitte auch die Maße entsprechend angezogen.

Für das **Bündchen** brauchst du den Wert für oben und unten da, wo das Bündchen später sitzen soll, bspw. oben da, wo die Wade wieder schmaler (Bild 2 **blau**) wird und unten kurz über dem Knöchel (Bild 2 **gelb**).

Für die **Variante 1b** – wenn die Stulpen sich **nicht stauchen/schoppen** sollen, sollte die Bündchenhöhe abgezogen werden. Dafür knickst du die Höhe des Bündchens um 3 cm oben und unten weg, wenn die Endhöhe des Bündchens von oben und unten je 4 cm sein sollen.

Dein Bündchenzuschnitt beträgt 10 cm. In Bild 3 siehst du die eingezeichneten Linien, die du oben und unten umknicken kannst.

Deine Maße kannst du hier in der Zeichnung von Bild 2 eintragen.

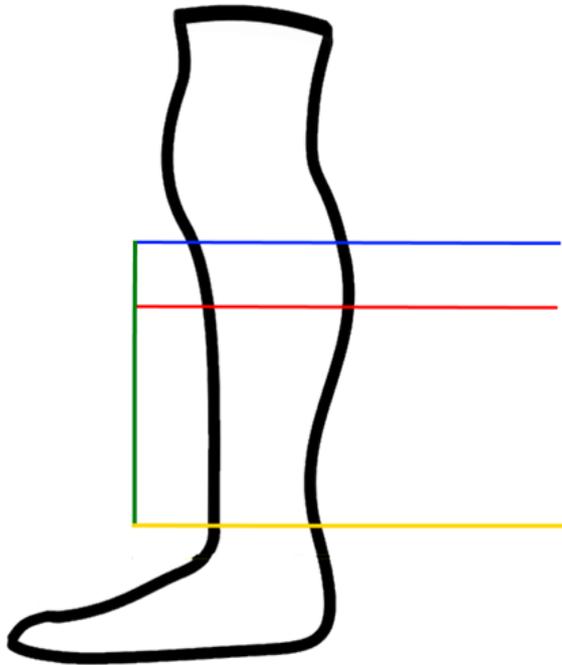


Bild 2 Benötigte Maße Variante 1

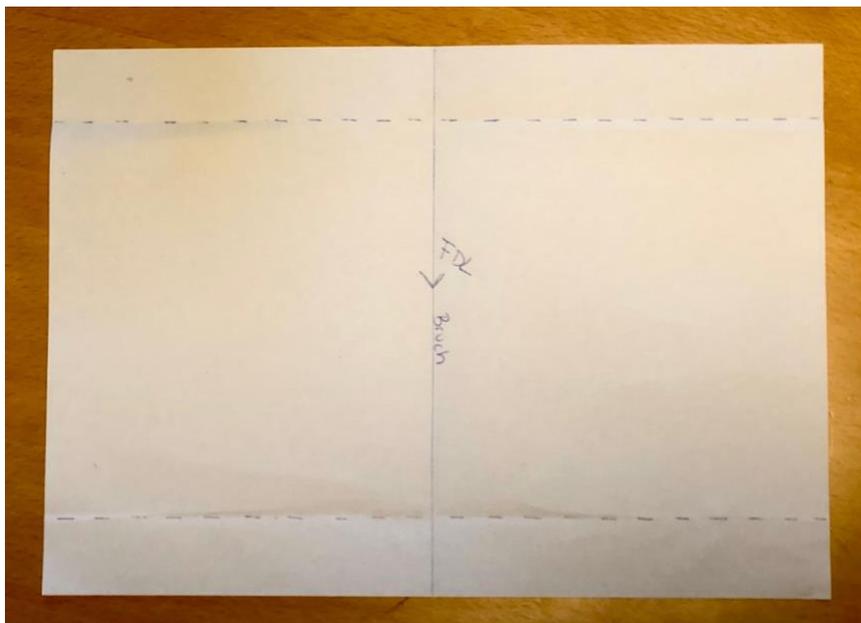


Bild 3 Schnittmuster Variante 1b – Linien zum umknicken

Jetzt geht es ans Zuschneiden in Abschnitt Zuschnitt

Zuschnitt des Stoffes. Wenn du die konische Variante 2 nähen möchtest, kommt nun die Weiterführung.

1.2. Variante 2 (anliegende, konische Variante)

Im Lookbook siehst du verschiedene Möglichkeiten, die Variante 2 zu tragen. Je nachdem, wie die Stulpe sitzen soll, werden die Maße ermittelt und das Schnittmuster erstellt.

Die anliegende, schräge Variante kann gestaucht/geschoppt genäht werden (Variante 2a), ohne Mehrlänge (Variante 2b) oder nur nach unten hin gestaucht (Variante 2c).

Du hast bereits dein Grundschnittmuster erstellt. Damit die Stulpe nach unten hin schmaler wird, brauchst du nun den Umfang 4 cm über dem Knöchel (Bild 6 pink).

Bei der **Variante 2a** gestaucht/geschoppt zeichnest du nun am unteren Ende den unteren Umfang pink ein und knickst dann an jeder Seite eine Diagonale von oben bis unten.

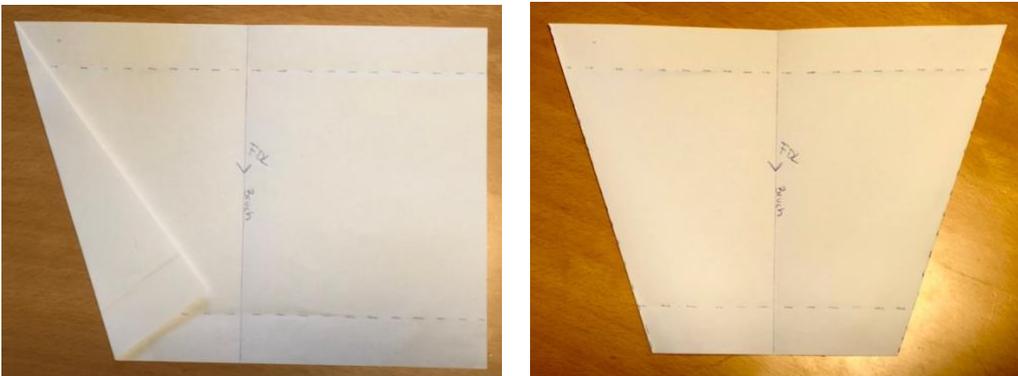


Bild 4 Variante 2a – Entstehung und fertiger Schnitt

Bei der **Variante 2b** (ohne Mehrlänge) kürzt du erst oben und unten je 3 cm und zeichnest dann am unteren Ende den unteren Umfang pink ein. Anschließend knickst du dann an jeder Seite eine Diagonale von oben bis unten ein.

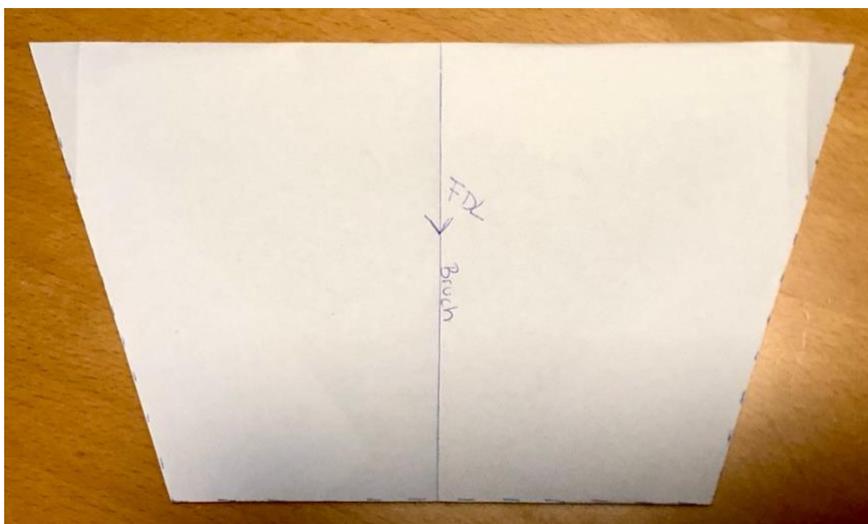
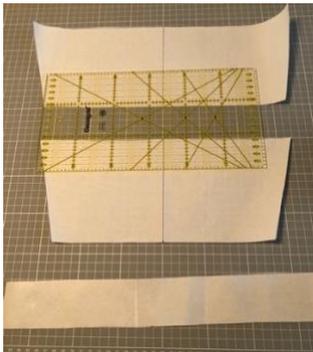


Bild 5 Schnittmuster Variante 2b

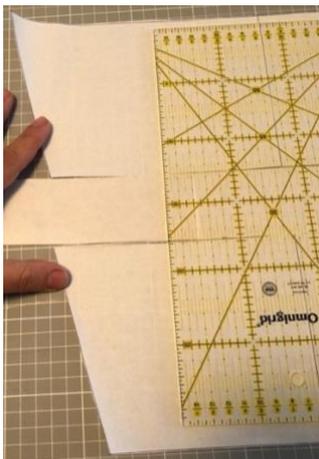
Bei der **Variante 2c** (nur nach unten hin gestaucht) brauchst du erst die Variante 2b, und dann wird im unteren Teil des Schnittmusters eine beliebige Menge (bspw. 4 bis 5 cm) hinzugefügt.



Du teilst das Schnittmuster in der waagerechten Mitte und schneidest es auseinander.



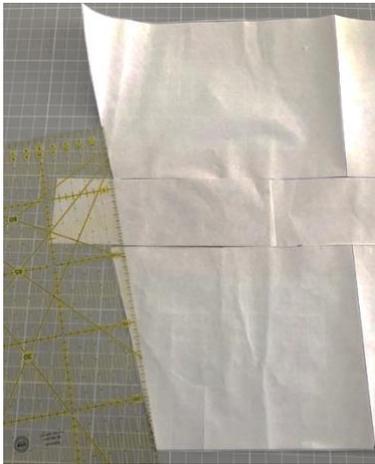
Dann ziehst du die Papierstücke um die gewünschte Länge auseinander und schneidest ein weiteres Papierstück zu.



Anschließend klebst du diese drei Papierstücke zusammen. Das neu Zugeschnittene liegt zwischen dem oberen und dem unteren Papierstück.



Den Überstand, der je nach Wadenform entstehen kann, müsstest du begradigen (ohne unten oder oben zu verschmälern).



Dafür kannst du entlang der Linie das überschüssige Papier abschneiden. Ein Lineal hilft dabei, nur an der entsprechenden Stelle zu korrigieren.



Alternativ direkt zuschneiden.

Nice to know: Die Idee zu dieser Variante hatte Ella – danke dafür!

Deine Maße kannst du in der Zeichnung von Bild 6 eintragen.

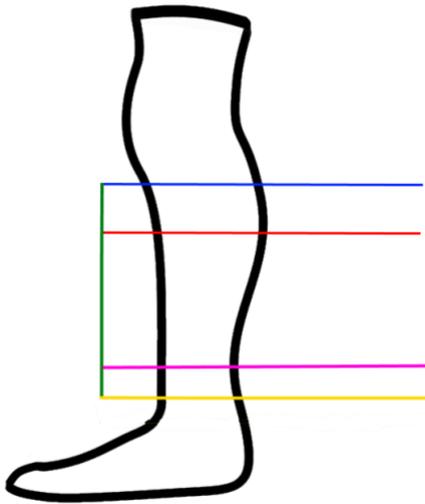


Bild 6 Benötigte Maße für Variante 2

Wenn der Wadenumfang und die Stelle, wo die Wade oben wieder dünner wird, sehr stark auseinander gehen, können die **oberen Ecken des Trapezes jeweils um 2 cm abgeschnitten oder eingeklapppt werden**, sodass das Schnittmuster oben wieder gerade ist.

So sieht die Variante 2 aus, wenn die Ecken der oberen Kante um je 2 cm verschmälert wurden.

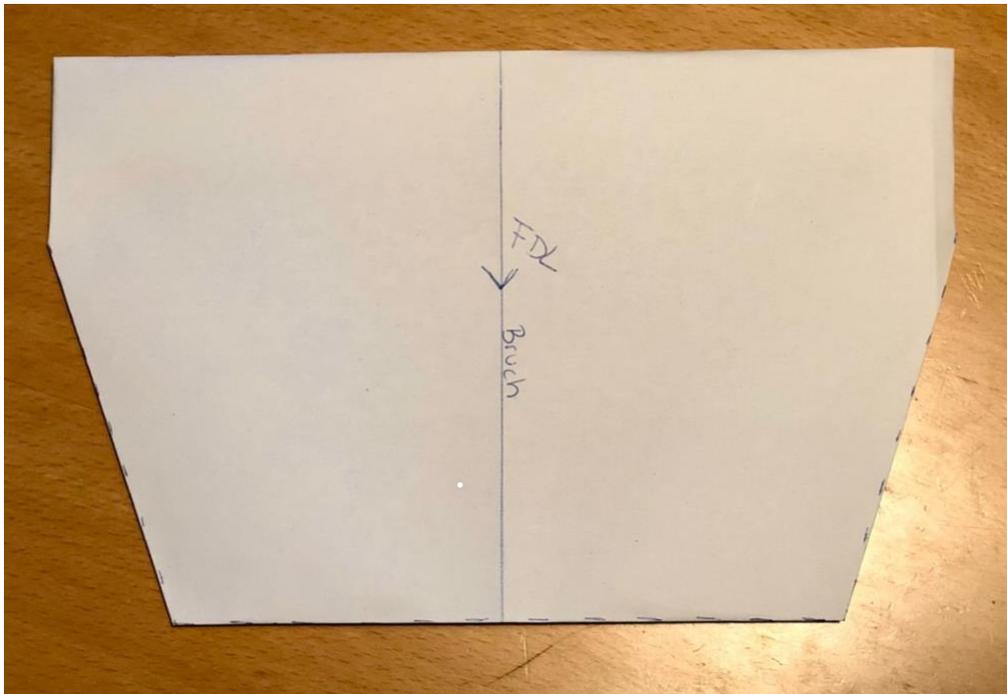


Bild 7 Schnittmuster Variante 2 - obere Ecken 2 cm eingeknickt

1.3. Maße für das Bündchen

Miss jeweils für oben und unten da, wo deine Stulpe beginnen und enden soll, bspw. oben da, wo die Wade wieder schmaler wird (Bild 6 blau) und unten über dem Knöchel (Bild 6 gelb).

2. Zuschnitt

2.1. Zuschnitt des Stoffes

Die **Weite** variiert je nach verwendetem Stoff:

Bei sehr dehnbaren Stoffen (Wolle/Seide Jersey oder Zopfstrick) nimmst du dein Papierschnittmuster, faltest es in der Länge (nimmst es im Bruch), nimmst dann 1 bis 2 cm weg und schneidest es mit deiner Nahtzugabe hinzu.



Bild 8 Zuschnitt mit dehnbaren Stoffen

Bei **weniger dehnbaren** Stoffen (Walk, Fleece und Wolle/Tencel Jersey) kannst du das Schnittmuster ganz normal auflegen und entsprechend deiner Nahtzugabe zuschneiden. Wenn du dir bei der Dehnbarkeit nicht sicher bist, kannst du im Bruch 1 cm hinzufügen.

Manche Stoffe sind unterschiedlich dehnbar und nicht direkt einzuordnen (bspw. Wolljersey und Frottee), da kannst du dann vorgehen, wie bei Materialwahl – Stoffeigenschaften – Tipps beschrieben.

Generell gilt:

- bist du dir in der Weite unsicher, leg den Stoff mit dem gemessenen Wadenumfang um dein Bein und schau, mit welcher Weite du dich wohl fühlst.
- bei weniger dehnbaren Stoffen: lieber etwas mehr in der Weite dazu geben, als am Ende die Stulpe nicht tragen zu können, wenn sie zu eng ist. Etwas in der Weite wegnehmen geht immer.
- Wenn du Wert darauf legst, dass sich die Stulpe eng an dein Bein anschmiegt und keine dicken Nähte extra auftragen sollen, kannst du alle Stoffe mit 1,5 cm NZ zuschneiden und diese NZ absteppen (siehe Abschnitt 3.4).

2.2. Zuschnitt des Bündchens

Die **Höhe** für das Bündchen kannst du beliebig auswählen, in der gesamten Anleitung wird mit einer Endhöhe von 4 cm + NZ gerechnet. **Also schneidest du bei 1 cm NZ insgesamt 10 cm in der Höhe zu.**

Für die **Weite** des **Bündchens an der Wade** nimmst du den Umfang von der Stelle, an der das Bündchen sitzen soll (**blau**) und multiplizierst es mit einem Faktor 0,65 bis 0,5 und fügst an jeder Seite eine Nahtzugabe hinzu.

Rechenbeispiel für die Weite des Bündchens:

32 cm Weite, Faktor 0,6; Nahtzugabe 1 cm (also an jeder Seite, dann sind es insgesamt 2 cm)

$$32\text{cm} * 0,6 + 1\text{ cm} + 1\text{ cm} = 21,2\text{ cm}$$

Das Bündchen wird dann 21,2 cm breit und 10 cm hoch zugeschnitten.

Bei **Variante 1a und b** kannst du für **unten** die gleiche Weite wählen wie bei der Wade. Das untere Bündchen kann auch etwas enger anliegen. Wir haben dafür keinen Faktor angegeben, aber allzu schmal darf es nicht sein, denn du bekommst sonst das Bündchen nicht genug gedehnt, da der Wadenumfang deutlich weiter ist als die Stelle unten.

Bei **Variante 2a, b und c** nimmst du für das **untere Bündchen** den Knöchelumfang (Bild 6 gelb) mal 0,65 bis 0,75 plus Nahtzugabe damit der Fuß gut durchpasst.

Rechenbeispiel für die Weite des Bündchens unten:

22 cm Weite, Faktor 0,65; Nahtzugabe 1 cm (also an jeder Seite, dann sind es insgesamt 2 cm)

$$22\text{ cm} * 0,65 + 1\text{ cm} + 1\text{ cm} = 16,3\text{ cm}$$

Das Bündchen wird dann 16,3 cm breit und 10 cm hoch zugeschnitten.



Bild 9 Zuschnitt einer Stulpe im Bruch

Du hast jetzt 4 Stoffzuschnitte und 4 Bündchenzuschnitte.

3. Nähen Möglichkeit 1 (für Anfänger*innen gut geeignet)

Du kannst sowohl mit der Nähmaschine als auch mit der Overlock die Stulpen nähen. Beim Walk sowie beim Fleece werden die Overlocknähte recht dick, da geht in der Länge auch ein Geradstich (ca. 2,5-4), dann kannst du die Nahtzugabe am Ende schön auseinanderklappen und wie in Abschnitt 3.5 absteppen. Die Bündchen müssen mit einem elastischen Stich angenäht werden. Wenn du einen Zopfstrick oder einen ähnlich lockeren Stoff mit der Nähmaschine vernähst, versäubere ihn vorher mit einem Zickzackstich.

3.1. Bündchen annähen

Zuerst markierst du dir die Mitte aller Teile. Dafür faltest du alle Schnittteile in der Länge, markierst die Mitte und faltest sie wieder auf. In dem Bild siehst du das Bündchen (braun) und den Außenstoff (Muster).



Nun steckst du das Bündchen und den Außenstoff bei der Markierung rechts auf rechts zusammen.



Dann nähst du die Bündchen und den Außenstoff zusammen (das Bündchen dabei dehnen).



Danach nimmst du dir den Innenstoff (braun im Bild) dazu und markierst sowohl bei den Bündchen als auch bei dem Innenstoff die Mitte (falls noch nicht geschehen).



Dann legst du den Innenstoff (im Bild braun) mit der rechten Stoffseite (hätte er ein Muster, würdest du dieses nicht sehen) nach unten auf die rechte Seite des Außenstoffes. Anschließend steckst du die Mitte sowie die Seiten des Innenstoffs (im Bild braun) mit den offenen Enden der Bündchen zusammen.



Auch diese werden wieder zusammengenäht.



Wenn diese Nähsschritte getan sind, hast du einen Kreis.



3.2. Zusammennähen

Jetzt legst du den Kreis in der Länge Innenstoff auf Innenstoff, das untere Bündchen auf das untere Bündchen, Außenstoff auf Außenstoff und das obere Bündchen auf das obere Bündchen. Die rechten Stoffseiten sind innen – du siehst bei einem Musterstoff kein Muster, sondern die linken Seiten des Stoffes zeigen zu dir.



Anschließend kannst du die Stulpe einmal komplett im Kreis zusammennähen – dabei solltest du eine **Wendeöffnung** im Innenstoff (Stern im Bild) lassen.



Wendeöffnung lassen, so geht es:
Du beginnst mit der Naht so, dass
die Wendeöffnung hinter dem
Nähfuß ist.



Am Ende hörst du dann ca. 5-10 cm vor Nahtbeginn auf – so hast du eine Wendeöffnung gelassen.



Fertiges Stück von links.



3.3. Wenden und Fertigstellen



Durch die Wendeöffnung ziehst du nun den Stoff durch.

Dann streichst du alles glatt und schließt die Wendeöffnung (falls du das noch nicht gemacht hast, schau bei Youtube unter dem Wort „Matratzenstich“). In die Wendeöffnung können noch Namensschilder oder Stofflabels eingnäht werden.



Und fertig ☺



Seite mit Muster



Seite ohne Muster

3.4. Absteppen der Nahtzugabe bei Walk



Hierfür wenden wir die Stulpe, sodass die rechte Stoffseite zu dir zeigt. Dann gehst du einmal durch die Wendeöffnung durch, sodass du die Innenseite des Walks siehst. Anschließend klappt du die Nahtzugabe auseinander und siehst die Naht von Innen. Dann steppst du – nur beim Außenstoff – auf jeder Seite die Nahtzugabe ab.

3.5. Absteppen der Bündchen am Ende

Da die Stoffe in der Breite nicht zusammengenäht wurden, kann es passieren, dass sich der innere Stoff und der äußere Stoff verschieben. Indem du absteppst, kannst du dem vorbeugen. Alternativ kannst du auch direkt die Bündchen und Stoffe auf eine andere Art zusammennähen (siehe 4), die dann aber zu einer etwas dickeren Naht führt.

4. Nähen – Möglichkeit 2 (küssende Rüssel)

Diese Möglichkeit verbindet die Stulpen Teile auf eine andere Art und Weise. Hier nähst du die Bündchen sowohl mit dem Innen- als auch mit dem Außenstoff gleichzeitig an. Es ist etwas komplizierter, aber verhindert ein Verrutschen und geht auch schneller – wenn man es kann. Dafür trägt die Naht mehr auf.

Alle Teile im Bruch rechts auf rechts legen und rechts auf rechts der Länge nach zusammennähen. Beim Innenstoff eine Wendeöffnung lassen. Beim Musterstoff siehst du das Muster jetzt nicht.



Das Bündchen mit einem Geradstich oder einer Overlock in der Länge zusammennähen. Hast du mit der Nähmaschine genäht, kannst du jetzt die Nahtzugaben auseinander klappen.



Bündchen in der Höhe halbieren und links auf links falten. Die Naht ist jetzt innen, du siehst nur das Äußere des Bündchens.



Den Innenstoff wenden, sodass die rechte Seite (Musterseite) zu sehen ist.



Die Stulpe ineinanderstecken, sodass Innen- und Außenstoff rechts auf rechts zueinander liegen. Du siehst jetzt nur die linke Stoffseite deines Außenstoffes.



Dann legst du die Nahtzugaben schön glatt aufeinander.



Jetzt liegt der Außenstoff (im Bild Zopfstrick) mit der linken Seite nach außen. Du siehst hier die Seitennähte. Innen liegt der Innenstoff mit der linken Seite nach innen. Du siehst also sowohl innen als auch Außen die Naht. Dann nimmst du das Bündchen und steckst es genau zwischen die beiden Stoffe. Zu dir schaut die offene, lange Seite des Bündchens.



Nun steckst du das Bündchen fest und nähst einen Ring.



Anschließend wendest du die Stulpe durch die Wendeöffnung.



Als nächstes steckst du die Stulpen so ineinander, dass die Schnittteile links auf links liegen (wie bei der fertigen Stulpe) und stülpst das Bündchen darüber.



Dann klappst du den einen Stoff – hier Zopfstrick – um, sodass die offene Kante nicht mehr zu sehen ist.



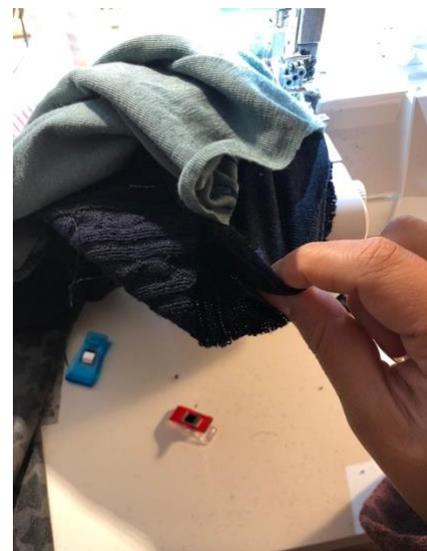
Das sieht dann so aus. Der äußere Stoff ist dann über das Bündchen drübergestülpt.



Dann wendest du die Stulpe wieder zurück. Sie ist dann etwas verdreht, aber das muss so sein. Dann steckst du das Bündchen entsprechend so fest, wie du es an der einen Stelle schon von außen gemacht hast.



Dann zusammennähen.



So sieht es dann aus, wenn du sie genäht hast.



Dann wenden und hoffen, dass die Stulpe richtig ist 😊



Fertige Stulpe



5. Weitere Anpassungsmöglichkeiten und Änderungen im Nachhinein am SM oder am fertigen Werk

5.3. Verlängern

Stulpen sollen über dem Schuh/über dem Knöchel sitzen (**gelb** in Bild 10) und musst du die Länge entsprechend anpassen.

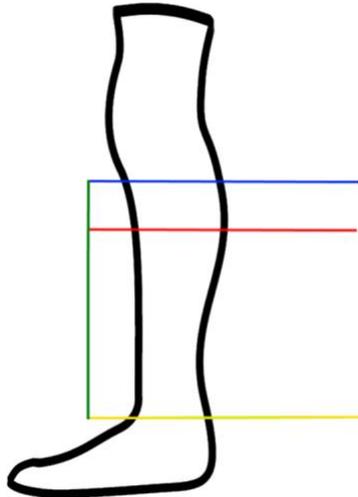


Bild 10 Beispiel für Verlängerung der Stulpe über den Knöchel

Wenn du die Stulpen im Nachhinein verlängern möchtest, kannst du das fertige SM in der Breite einmal durchschneiden und die gewünschte Mehrlänge dazu geben (siehe Abschnitt Variante 2 (anliegende, konische Variante)).

5.4. Verschmälern

- Unsere Waden sind alle unterschiedlich, so kann es sein, dass die Stulpe an der Wade oben nicht ganz eng sitzt. Dann kannst du für die nächste Stulpe den Umfang über der dicksten Stelle der Wade (**blau** in Bild 6) nehmen und diesen als Ausgangswert für dein Schnittmuster nehmen. Das hat bspw. Katharina Schw gemacht und sie passen ihr super. Dies ist für Personen zu empfehlen, die eine nicht so kräftige, eher geradlinige Wade haben.
- Wenn der Zipfel an der Wadenoberkante absteht, dann kannst du die Stulpe und später das SM an dieser Stelle begradigen (siehe Abschnitt Variante 2 (anliegende, konische Variante relativ am Ende)). Falls die Naht am oberen Ende eine Beule hat, kannst du sie im Nachhinein einfach wegnähen. Dafür wendest du die Stulpe noch mal und nähst den entsprechenden Teil weg.

5.5. Variationen

Die folgenden Variationen haben kreative Köpfe beim Probenähen entwickelt. Sie wurden nicht von weiteren Personen getestet, sehen aber so großartig aus, dass wir sie dir zeigen wollen. Die Beschreibungen stammen von den entsprechenden Personen.

5.5.1. Yogastulpen

Von Alessa Scholz kommt der Input dieses Abschnitts.



- Statt der 10 cm Bündchen Höhe habe ich das Bündchen in 22cm Höhe zugeschnitten, sodass es am Ende 10cm Höhe hat.
- Ich habe das Bündchen erst mal der Länge nach geschlossen.



- Danach habe ich mit 5cm Abstand zum oberen Rand das Bündchen (von der Seite der Nahtzugabe) ca. 2,5-3cm mit der Schere eingeschnitten (entspricht etwas weniger als

der Hälfte der Bündchenbreite, 1/3 der Breite hätte vielleicht auch gereicht).



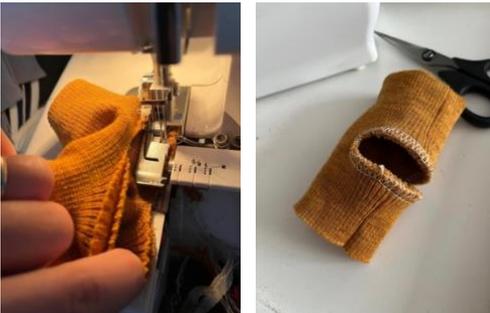
- Dann habe ich das Bündchen zusammengeklappt und auf der anderen Seite ebenfalls mit der Schere eingeschnitten.



- Danach habe ich das Bündchen gewendet und dabei die Nahtzugaben schonmal mit Klammern fixiert.



- Anschließend habe ich einfach mit der Overlock die Kanten versäubert und danach das Bündchen mit der Variante „küssende Rüssel“ eingenäht.



5.5.2. Einlagig ohne Bündchen

Marion Irmer hat diese hübsche und bürotaugliche Variante genäht und folgendes dazu geschrieben:

„Mein Wadenmaße nach dem SM gemessen sind 40 cm mal 40 cm. Ich habe es nach unten hin nicht verjüngt. Zugeschnitten habe die Höhe meines gemessenen Maßes mal 1,3 und die Breite mal 0,62. Überall habe ich NZ dann noch hinzugefügt. Da ich im Büro oft hohe Schuhe an habe, habe ich noch Fußstulpen (frei Schnauze) dazu gebastelt und bin mit dem Ergebnis jetzt sehr zufrieden. Die Fuß-Stulpen sind natürlich nix für den Weg zur Arbeit, sondern dann nur drinnen, aber ich freue mich jetzt schon fast auf die 19 Grad.“



6. Lookbook

Version 1



Frottee und Wolljersey, gerade Variante, Bündchen unterm Knie gemessen x0,65 ohne NZ; Werk von Finchen Kedi



Kindergröße - Bündchen 2cm hoch (finde ich zu niedrig), WS und Frottee, Bündchen oben Wade x 0,5, unten Knöchel x 0,65; Werk von Stella Eberhard



Walk mit NZ + WS ohne, Gerade, Bündchen oben unterm Knie gemessen x 0,55 ohne NZ; Werk von Finchen Kedi



Webware mit ca. 1,7cm Zugabe rechts und links, andere Seite WS ohne NZ. Bündchen oben unterm Knie gemessen x 0,55 ohne NZ; Werk von Finchen Kedi



Gerade, nicht gestauchte Stulpe aus Zopfstrick – das Bündchen wurde hier länger zugeschnitten; Werk von Simone Schwan



Kinderstulpen; Werk von Mai Ke



Kinderstulpen aus innen Wolle/Tencel und außen Wolljersey. Bündchen: Unten nach Knöchelumfang*0,65 und oben nach Knieumfang*0,65; Werk von Afra Kern



Werk von Nora Zeyringer



Lange Stulpen aus Zopfstrick; Werk von Alexandra Erni



Stulpen aus Wolljersey, verlängert und mit schmalerem Bündchen; Werk von Anna Innerhofer



Gerade ungestaucht aus Wollfrotte; Werk von Anna Innerhofer



Wolle/Seide; Werk von Sarah Unland



Mama-Tochter-Stulpen; Werk von Katharina Lenk



Kleinkinderstulpen; Werk von Mai Ke



Kinderstulpen, gestaucht aus Wolljersey und Wolle/Seide; Werk von Marieke Win



Stulpen aus Walk und Cino; Werk von Mai Ke



Kleinkinderstulpen, Frottee, gestaucht; Werk von Dörte Ophal

Version 2



Stulpen aus Zopfstrick, Cino, Wolljersey; Werke von Barbara Schädli



Einlagige Stulpen aus Zopfstrick; Werk von Beate Lumpi



Fleece; Werk von Dörte Ophal



Kinderstulpen, Wolle/Seide und Cino;
Werk von Katharina Lenk



Werk von Katharina Lenk



Kleinkinderstulpen; Werk von Rahel Staub



Kinderstulpen, beide WS und Frottee. Links WS-Bündchen, rechts für schwerere Stoffe, beide oben Wade x 0,5, unten Knöchel x 0,65; Werke von Stella Eberhard



Gestauchte Variante aus Wolljersey und Wolle/Seide; Werk von Afra Kern



Werk von Mammu Mue



Werk von Niki Langhof



Walk (grün) mit NZ und Wolljersey (Cino) ohne NZ. Bündchen oben unterm Knie x 0,65 (wird aber auf Dauer rutschig); Werk von Finchen Kedi



Walk und Aubercino; Werk von Chrissi Bauer



Wolle/Hanf außen; Werk von Nadine Ta



Wolle/Hanf außen, 4 cm verlängert; Werk von Stella Eberhard



Wolljersey; Werk von Inga Schröder



Wolljersey (Aubercino); Werk von Johanna Deininger



Wolle/Seide; Werk von Franziska Bünzen



Variante 2c aus Wolle/Hanf außen; Werk von Ella Bella



WS und Frottee, Bündchen für schwere Wollstoffe, 4cm hoch, Faktor 0,5 oben, 0,65 unten; Werk von Stella Eberhard



Werk von Dörte Ophal



Zopfstrick; Werk von Isabelle Soe



Zopfstrick, unten nach Variante 2c verlängert; Werk von Sarah Unland



Wolle/Seide mit Zopfstrick, genäht nach Möglichkeit 2; Werk von Amina Kielblock



Kinderstulpen, außen Aquacino, innen WJ für die 10-Jährige. Bündchen habe ich je 12cm zugeschnitten in der Höhe, also 5cm oben und unten am Endprodukt. Damit hier auch noch etwas auf Zuwachs ist habe ich die Stulpen ein My länger gemacht - 2cm etwa und auch mit NZ zugeschnitten; Werk von Afra Kern



Wolljersey; Werk von Marlene Holzapfel



Stulpen aus Zopfstrick; Werk von Sonni Dörffer



Wolljersey; Werk von Sus Anne



Aubercino, innen Wollfrottee und feines Bündchen in Schokokirsch und einmal mit Zopfstrick. Den Umfang oberhalb der Wade genommen (Anpassung unter Kapitel 5) sowie nach Möglichkeit 2 (Abschnitt 4) genäht; Werke von Katharina Schw



Wolle/Seide; Werk von Nadine Ta



Werk von Rahel Staub

7. Mitwirkende der Anleitung

Es haben viele nette Menschen die Stulpen genäht, Feedback gegeben und diskutiert. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle <3

Im Folgenden findest du den Namen der Probenäherinnen, wie sie auf Facebook zu finden sind. Manche sind auch auf Instagram und ein paar haben auch ein eigenes Label.

- Afra Kern
- Alessa Scholz
- Alexandra Erni mit dem Label Nähzwerqli, <https://www.facebook.com/naehzwerqli>
- Anna Innerhofer mit der Seite AnNäh_unikate
<https://www.facebook.com/profile.php?id=100082663154711>
https://www.instagram.com/annaeh_unikate/
- Anne Baumhöfener
- Barbara Schädl, <https://www.instagram.com/kleinerschaedling>
- Beate Lumpi
- Chrissi Bauer
- Dörte Ophal
- Ella Bella, https://www.instagram.com/ella_magnaetisch
- Finchen Kedi
- Franziska Bünzen mit dem Label Küstenkind, <https://www.facebook.com/KuestenKindWP>,
www.instagram.com/kuestenkind
- Inga Schröder mit dem Label Molas Kreativeck, <https://www.facebook.com/MoLasKreativEck>,
https://instagram.com/molas_kreativeck
- Isabelle Soe, www.instagram.de/mrs_magickitten
- Janine Steinweg
- Johanna Renate Deininger mit der Seite
<https://www.facebook.com/groups/3422988764603563/user/100069067981764>
https://www.instagram.com/johanna_naehrt
- Julia Sophie Pätkau
- Katharina Conraths
- Katharina Lenk, www.instagram.com/katharinalenk
- Katharina Schw, <https://www.instagram.com/katharina.schwedhelm>
- Kristin Orth
- Lieselotte Müller
- Linda Guilloux
- Lizz Degenhardt
- Mai Ke
- Mammu Mue
- Marieke Win
- Marion Irmer
- Marlene Holzapfel
- Nadine Ta, www.instagram.com/nad.ine_ta
- Niki Langhof
- Nora Zeyringer
- Rahel Staub mit dem Label Woolup, <https://www.facebook.com/profile.php?id=100077434587002>
https://www.instagram.com/woolup_ch
- Sabrina Badziura
- Sarah Unland
- Simone Schwan
- Sonni Dörffer
- Stella Eberhard
- SuS Anne, <https://www.instagram.com/susanaehrt>
- Tineke Jarecki
- Uta Papenberg