

BABETTE ULMER  
MARIA BÖHLY

WORKSHOP

# STRICKEN

LEARNING BY DOING  
GRUNDLAGEN,  
TECHNIKEN UND  
MODELLE

GU

BABETTE ULMER  
MARIA BÖHLY

WORKSHOP

# STRICKEN

LEARNING BY DOING  
GRUNDLAGEN,  
TECHNIKEN UND  
MODELLE

GU

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.



# LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

wir beide wissen es schon lange und Sie werden es bald auch spüren: Stricken macht glücklich. Laut Forschung sind wir dann am zufriedensten, wenn wir mit eigenen Händen, vielleicht sogar mit Mühe und Anstrengung, auch ab und an mit Rückschlägen, etwas selbst erschaffen haben. Wir wollen Ihnen dabei helfen, von den ersten zaghaften Schritten bis hin zum anspruchsvollen Objekt. Dabei gehen wir Schritt für Schritt vor, bei jedem Projekt lernen Sie eine neue Technik und werden immer sicherer. Ganz nebenbei verraten wir Ihnen auch noch ein paar Tipps und Kniffe, die das Stricken leichter machen.

Wir wünschen Ihnen Spaß beim Stricken und viel Freude beim Tragen Ihres eigenen Strickmodells.

*Maria Böhly*

Maria Böhly

*Babette Ulmer*

Babette Ulmer



# BASICS STRICKEN

Zwei Stricknadeln und ein Knäuel Garn sind die Erstausstattung, die Sie brauchen, um erst einmal das Stricken zu üben. Mit ein wenig Geduld und Konzentration ist das Stricken gar nicht so schwer, und Sie werden bald ganz entspannt eine neue Leidenschaft entdecken. Wenn Sie dann der Ehrgeiz gepackt hat und Sie mehr lernen wollen, werden Sie auf jeder Seite dieses Workshops fündig. Doch zunächst einmal geht es um die ganz grundlegenden Dinge: Wir stellen die wichtigsten Materialien und das notwendige Zubehör vor.

# LIEBLINGSHOBBY: STRICKEN

Was haben Hollywoodstars wie Julia Roberts oder Madonna mit uns gemeinsam? Wir alle greifen zur Stricknadel, um uns zu entspannen! Wer bisher noch bewundernd anderen beim Nadelklappern zusehen musste, kann mithilfe dieses Buchs selbst bald neidische Blicke auf sich ziehen.

Jede Strickerin und jeder Stricker – inzwischen stricken auch die Männer, ohne dafür belächelt zu werden – fühlt es längst, ohne es wirklich beweisen zu können: Stricken entspannt ungemein. Das hat sogar die Harvard Medical School mit einer wissenschaftlichen Untersuchung nachgewiesen. Die Studie zeigt: Stricken ist genauso wirksam gegen Bluthochdruck und Stress wie Yoga. Na denn, ein guter Grund mehr, zu den Nadeln zu greifen.

# STRICKCAFÉ

In vielen Großstädten gibt es inzwischen Strickcafés, in denen sich Gleichgesinnte treffen, zum Austausch von Tipps und um sich von Strickerfahreneren helfen zu lassen. Die regelmäßigen Treffen sind kein Muss, manche Strickerinnen kommen jede Woche, manche nur ab und zu, alles ist ganz unverbindlich. Adressen finden Sie in der Kleinanzeigenrubrik der Tageszeitung und im Internet, oder fragen Sie in Ihrem Wollgeschäft nach.

## GUERILLA KNITTING

Aus Spaß an der Freude verschönern Menschen, die dem Urban Knitting – so wird Guerilla Knitting auch genannt – frönen, Geländer und Denkmäler, Bäume und Gegenstände in der Stadt mit buntem Strickwerk. Diese – friedfertige – Underground-Bewegung ist von Amerika zu uns nach Europa herübergeschwappt. Nebenbei: Es werden auch gehäkelte Kreationen um Masten von Straßenlaternen etc. bei dieser Street Art heimlich angebracht, um sie zu verschönern. Auch das nennt man Guerilla Knitting. Recherchieren Sie einmal im Internet, Welch verrückte Ideen da an öffentlichen Plätzen und Straßen umgesetzt werden.



*Beim Stricken mit einer Rundstricknadel werden die Schultern entlastet, was gerade bei schweren Garnen von Vorteil ist.*

## WORLDWIDE WEB

Manchmal kann es sein, dass es einfacher und besser ist, sich eine Stricktechnik direkt anzuschauen, sich sozusagen strickend erklären zu lassen. Bei youtube.com werden Sie garantiert fündig. Irgendjemand hat dort sicher ein Video eingestellt, auf dem gerade das zu sehen ist, was Sie suchen. Sehr zu empfehlen ist auch die Website ravelry.com.

Aus der ganzen Welt bieten dort Strickende ihre Sachen an, sowohl diverse Muster als auch ganze Anleitungen, teils gegen einen Kostenbeitrag, teils auch gratis. Es gibt dort auch eine deutsche Community; ansonsten hilft ein englisch-deutsches Strickwörterbuch, das ebenfalls im Internet zu finden ist. Doch Achtung: Manche Techniken heißen in den USA anders als in Großbritannien.

Vergewissern Sie sich auf jeden Fall, ob es sich um englische oder amerikanische Begriffe handelt. Eine schier unerschöpfliche Fundgrube ist [pinterest.com](http://pinterest.com), die virtuelle Pinwand im Internet. Geben Sie dort ein Stichwort aus dem Bereich Stricken ein, und schon finden Sie wunderschöne Bilder, die verlinkt sind mit Websites, auf denen das jeweils Gezeigte erklärt wird. Viele Strickerinnen betreiben einen eigenen Blog. Auch dort gibt es viele Tipps und Anregungen.

## ANDERE LÄNDER, ANDERE SITTEN

Stricken ist ja nicht gleich Stricken – man kann mit unterschiedlicher Technik das gleiche Ergebnis erzielen. Sicher haben Sie auch schon gesehen, dass in den USA und England die Nadeln anders gehalten werden als in Deutschland: Engländerinnen und Amerikanerinnen legen den Arbeitsfaden vor jeder Masche um die rechte Nadelspitze. In Frankreich wird das auch so gemacht, jedoch klemmen sich die Französinnen die linke Stricknadel unter den linken Oberarm. Die Griechinnen wiederum legen sich den Arbeitsfaden, damit er gespannt bleibt, um den Nacken. So weit wollen wir nicht gehen. Doch wir wollen Ihnen mit diesem Buch nicht nur das eigentliche Strickhandwerk beibringen, sondern werden auch immer wieder Tipps einflechten, die hilfreich sind.



*Das Stricknotizbuch ist ein Nachschlagewerk für Ihre selbstgestrickten Projekte. Notieren Sie darin alles, was Ihnen wichtig erscheint. Nach Jahren wissen Sie sonst nicht mehr, mit welchen Ihrer Garnen Sie zum Beispiel die Socken gestrickt haben, deren Ferse ausgebessert werden muss.*

## STRICK-NOTIZBUCH

Als nützlich hat sich das Anlegen eines Strick-Notizbuchs erwiesen. Das kann ein gebundenes Buch oder eine Loseblatt-Sammlung sein. Hier hinein kleben Sie die Strickanleitung und eventuell ein Bild des Modells. Machen Sie Angaben zum Garn – kleben Sie am besten die Banderole dazu. Ganz wichtig ist auch – falls Sie die Strickarbeit mal weglegen und einige Zeit später erst

fortsetzen – die Nadelstärke zum Stricken des Bunds und der übrigen Teile. Wenn Sie die Anleitung nach Ihren Bedürfnissen abgeändert haben (länger oder kürzer, mit tieferem Halsausschnitt etc.) oder sie sogar wegen Ihrer abweichenden Maschenprobe angepasst haben, dann sollte das unbedingt auch hier notiert sein. Komplettieren Sie das Ganze mit einem zur Schleife gebundenen Garnrest, so wissen Sie immer sofort, welches Projekt das war.

## GENÜGEND GARN

Kaufen Sie immer genügend Garn. Bei jeder Anleitung ist die Menge des benötigten Garns angegeben. Wenn Sie jedoch anderes Garn verwenden oder nach eigenen Ideen stricken, sollten Sie ein, zwei Knäuel mehr kaufen als in der Anleitung angegeben ist oder als Sie schätzen. Denn gerade bei größeren Objekten, wie Pullis oder Jacken, an denen man längere Zeit arbeitet, kann es sein, dass nach ein paar Monaten im Geschäft, in dem Sie eingekauft haben, nicht mehr dieselbe Farbpartie vorrätig ist.

Es ist auch kein Problem, wenn Sie einmal zu viele Knäuel eingekauft haben: Fachgeschäfte nehmen meist die nicht benötigten, noch vollständigen Knäuel innerhalb eines halben Jahres zurück. Außerdem lassen sich aus Garnresten – auch aus unterschiedlich dicken oder aus verschiedenen Farben – immer noch Accessoires wie beispielsweise Kissen oder Schals stricken.

# KURZE MATERIALKUNDE

Handstrickgarne gibt es aus den unterschiedlichsten Materialien – von tierischen und pflanzlichen bis hin zu synthetischen Fasern. Und natürlich gibt es auch Mischgarne aus diesen Materialien.

**Schurwolle** ist geschorene Wolle vom Schaf. Es gibt sie in unterschiedlichen Feinheitsstufen. Feine Schurwolle – Merino – ist weicher und angenehmer auf der Haut, jedoch weniger strapazierfähig als gröbere Wolle. 100%ige Schurwollgarne neigen bei falschem Waschen zum Verfilzen, deswegen gibt es maschinenwaschbar ausgerüstete Wollgarne bzw.

Mischungen aus Wolle und maschinenwaschbaren synthetischen Fasern. Schurwollgarne sind elastisch, aufgrund ihrer Struktur sehr wärmedämmend und vielseitig einsetzbar. Für Pullis kann man fast alle Garnstärken verwenden, für Handschuhe und Socken sind maschinenwaschbare, dünne Garne eher geeignet.

**Alpakas** (aus der Familie der Lamas) und **Mohairziegen** werden ebenfalls geschoren. Die Fasern der **Kaschmirziege** werden ausgekämmt, unter anderem daher auch der höhere Preis. Diese drei Wollfasern sind leichter und wärmer als Schafwolle, da diese Tiere in kälteren Regionen leben. Baby-Alpaka und Kaschmir sind zudem auch weicher als Schafwolle.

**Seide** wird aus den Kokons der Seidenraupe gewonnen. Sie wirkt temperatursausgleichend – im Sommer kühlend, im Winter wärmend –, ist aber weniger elastisch als Wolle.

**Baumwolle** und **Leinen** sind pflanzliche Fasern und eignen sich besonders für sommerliche Strickstücke. Auch sie sind weniger elastisch als Wollgarne.

Die meisten **synthetischen Fasern** bestehen aus Polyacryl oder Polyamid. Schurwollmischungen mit Polyacryl oder Polyamid sind meist maschinenwaschbar. Mischungen mit

Polyamid sind weicher und strapazierfähiger als solche mit Polyacryl.

1»



«2



3»



## GESPONNEN UND GEZWIRNT

All diese Fasern werden durch verschiedene Spinn- und Zwirntechniken zu klassischen Garnen, Flauschgarnen oder Effektgarnen verarbeitet.

1. Als **Bändchen-** oder **Kettengarne** bezeichnet man Garne, bei denen ein dünner Faden zu einem Bändchen gestrickt wird. Es gibt sie in allen Lauflängen. Bändchen aus Schurwolle oder Edelhaarmischungen sind meist voluminös und sehr leicht. Sie lassen sich gut verstricken, weil man nicht so leicht aus Versehen in das Garn einsticht. Weil diese Garne elastisch sind, werden die Bändchen beim Stricken meist in die Länge gezogen. Das ist nicht tragisch, denn im fertigen Gestrick zieht sich das Garn bzw. die Masche wieder zusammen und wird dadurch schön voluminös. Aus diesem Grund sollte man solche Garne nicht zu fest verstricken, sonst können sie sich nicht mehr ausdehnen. Bändchen aus Baumwolle oder Leinen haben diesen Effekt leider nicht, sie sind eher unelastisch.

2. Auch **klassisch gezwirnte Garne** gibt es aus den verschiedensten Materialien und in den unterschiedlichsten Mischungen. Locker oder stark verzwirnt, voluminös oder dünn – sie ergeben immer ein schön gleichmäßiges Maschenbild. Zudem sind sie ebenfalls elastisch, was vor allem bei Bündchen oder Rippenmuster von Vorteil ist. Gezwirnte Garne aus Baumwolle oder Leinengarne sind allerdings weniger elastisch als solche aus Wolle, es sei denn, sie enthalten etwas Elasthan.

3. Zu den **Effektgarnen** zählen alle Garne, die etwas Besonderes bieten, wie kleine Tweednuppen, Flausch, Glanzeffekte mit Lurex oder aufgerautete Garne, die gestrickt aussehen als wären sie gefilzt. Sie können allein oder kombiniert verwendet werden, wodurch wiederum neue Effekte entstehen.

## FARBVIELFALT

Natürlich leben Garne nicht allein von der Art der verwendeten Fasern, am auffälligsten ist vielmehr ihre Farbe. Von klassisch einfarbigen Garnen bis hin zu bedruckten Garnen, die zum Beispiel einen hübschen Ringeleffekt in das Strickstück zaubern, ist alles möglich. Der Fantasie sind kaum Grenzen gesetzt.

# NADELN & UTENSILIEN

Ohne Stricknadeln kein Stricken – so weit, so gut. Doch welche Nadeln sind die richtigen? Und was braucht es noch zum Konfektionieren – das heißt zum Fertigstellen – der Strickarbeit? Es gibt einiges mehr an nützlichem Zubehör, das zum einen das Arbeiten erleichtert und zum anderen für manche Stricksachen unerlässlich ist. Wir zeigen hier eine Auswahl.



**1. Stricknadeln** gibt es aus den unterschiedlichsten Materialien. Sehr angenehm liegen Bambusnadeln in der Hand, am gebräuchlichsten sind jedoch Nadeln aus Aluminium. Nadeln aus poliertem Stahl haben eine feinere Spitze, und die Maschen gleiten schnell von der Nadel - was bei Schnellstrickerinnen sogar von Vorteil ist. Auf dem Foto sind Nadelspiele aus Bambus und Holz zu sehen. Solche Nadelspiele werden gebraucht zum Stricken in der Runde bei einer geringen Anzahl Maschen, zum Beispiel für Socken, Handschuhe oder enge Halsausschnitte. Sogenannte Schnellstricknadeln sind lange Nadeln mit einer Spitze in der jeweiligen Nadelstärke, die sich nach ca. 10 cm verjüngt, damit sich die Maschen leichter weiterschieben lassen.

**2. Auf Zopfnadeln** werden die Maschen gehoben, um sie beim Verkreuzen vor oder hinter die Arbeit zu legen. Dank der Biegung rutschen sie nicht so leicht von der Nadel. Sie werden im 2er-Set angeboten mit einer dünnen und einer dicken Zopfnadel.

**3. Rundstricknadeln** bestehen aus 2 Nadelspitzen aus Holz oder Metall, die mit einem dünnen Nylonseil verbunden sind. Es gibt sie in allen Nadelstärken und in verschiedenen Längen. Wenn Sie viel stricken, lohnt sich die Anschaffung eines zusammensteckbaren Nadel-Sets mit je 2 Nadeln in verschiedenen Stärken und mit unterschiedlich langen Nylonseilen, die untereinander kombinierbar sind. Denn mit Rundstricknadeln lässt sich auch sehr gut in Reihen stricken, und mit einem solchen Set hat man immer die passenden Nadeln zur Hand.

**4. Die Schere** kann normal groß oder klein wie eine Stickschere sein. Einzige Bedingung: Sie muss scharf sein, um den Faden sauber abschneiden zu können.

5. Ein **Maßband** dient zum Ausmessen der Maschenprobe und zum Messen beim Stricken. Bewährt hat sich ein Rollmaß, dessen Maßband sich mittels einer Feder im Inneren des Gehäuses aufrollt und bei Bedarf so weit herausgezogen werden kann wie nötig. In der Regel sind Maßbänder 150 cm lang.

6. Mit **Maschenmarkierern** kennzeichnet man einzelne Maschen oder den Rundenanfang. Auch Anfang und Ende eines Raports lassen sich damit markieren. Es gibt sie in unterschiedlichen Varianten. Die einzelnen Ringchen werden um eine Masche oder den Querfaden geschoben. Um den Rundenbeginn immer im Blick zu haben, hängt man einen Ring zwischen letzter und erster Masche einer Runde über die Stricknadel und strickt dann weiter. Kommt man dann beim Stricken wieder an diese Stelle, hängt man den Ring einfach von der linken auf die rechte Nadel.

7. Mit einem **Reihenzähler** entfällt das lästige Reihenzählen oder die Strichliste auf Papier. Nach Unterbrechung des Strickens wissen Sie immer, wie viele Reihen Sie schon gestrickt haben.

8. Mit **Wollnadeln** näht man Strickteile zusammen und vernäht Fäden. Mit einer solchen stumpfen Nadel kann man gut zwischen den Maschen einstechen, ohne den gestrickten Faden zu verletzen. Manche Strickerinnen bevorzugen Nadeln mit gebogener Spitze, um besser einstechen zu können.

9. **Maschenraffer** Auf diesen Riesensicherheitsnadeln kann man gerade nicht gebrauchte Maschen parken, etwa, wenn man für einen Tascheneingriff vorübergehend Maschen stilllegt. Legt man nur wenige Maschen still, wie beim Daumenkeil von Handschuhen, nimmt man besser eine normale Sicherheitsnadel.

# PFLEGE & AUFBEWAHRUNG

Im Sommer fristen gestrickte Wollsachen meist ein Schattendasein ganz oben im Schrank. Wir geben Ihnen ein paar Tipps, wie Sie auch im nächsten Winter noch Freude an Ihren selbst gemachten Schätzen haben.

## LÜFTEN

Wollsachen brauchen nicht so oft gewaschen zu werden wie Kleidung aus Baumwolle oder Synthetik. Über Nacht draußen in die feuchte Luft hängen reicht, um Gerüche zu entfernen. Flecken sollten möglichst sofort entweder einfach mit einem in Wasser angefeuchteten Tuch oder, wenn der Fleck nicht herausgeht, mit Gallseife behandelt werden. Danach gut ausspülen.



*Auf der Banderole zeigen Symbole, wie man das Garn waschen und bügeln darf. Auch Nadelstärke und Maschenprobe sind angegeben.*

## **WASCHEN**

Waschen Sie Ihre selbst gestrickten Modelle bitte immer von Hand in reichlich handwarmem Wasser mit Wollwaschmittel, es sei denn, es ist auf der Banderole angegeben, dass das Garn waschmaschinenfest ist. Dies ist meist bei Sockengarnen der Fall. Dann – und nur dann – können Sie sie im Wollwaschgang waschen. So werden die Strickteile

nicht zu stark gezerrt und mit weniger Umdrehungen geschleudert. Im normalen Waschgang und/oder mit normalem Waschmittel würden sie verfilzen und sind danach nicht mehr zu retten. Reiben oder bürsten Sie Stricksachen niemals – dadurch verfilzen sie ebenfalls. Langes Einweichen kann ebenfalls zum Verfilzen führen. Gut ist auch, wenn Sie das gute Stück vor dem Waschen auf links drehen – das schont die Oberfläche. Wenn Sie Stricksachen von Hand waschen, bewegen Sie die Teile in der Waschlauge und drücken sie nur sanft. Danach mindestens zweimal in klarem Wasser spülen, dabei nicht wringen, sondern überschüssiges Wasser nur ausdrücken. Das Wasser sollte beim letzten Spülgang klar sein.

## TROCKNEN

Vor dem Trocknen legt man die Strickteile ausgebreitet auf ein großes Frotteebadetuch, rollt alles zusammen, schlägt beide Seiten zur Mitte ein und presst die Rolle. Dann die Rolle mit der Unterseite nach oben drehen und nochmals pressen. Wenn Sie eine Waschmaschine haben, die ein Schonschleuderprogramm mit nur 400 Umdrehungen hat, ist es auch möglich, die gestrickten Sachen nach der Handwäsche kurz zu schleudern. Strickstücke aus Kaschmir und Angora dürfen jedoch nie geschleudert werden.

Zum Trocknen legt man die Teile ausgebreitet auf einen Wäscheständer. Legen Sie vorher ein trockenes Handtuch unter, damit sich die Leinen nicht durchdrücken und Linien auf dem Pullover hinterlassen. Leichte Stricksachen können Sie auch einfach über den Badewannenrand hängen. Pullis und Jacken etc. sollten Sie immer in Form ziehen, damit sie schön glatt und ohne Zipfel trocknen.

Nach dem Trocknen dämpft man glatt rechts gestrickte Teile auf Stufe 2 des Bügeleisens. Dabei legt man ein dünnes Tuch dazwischen oder spannt die bei manchen Bügeleisen mitgelieferte Sohle unter das Eisen. So gibt es keine

Glanzstellen, und die Wollfasern richten sich flauschig auf. Die Bündchen bitte nicht bügeln, ebenso alle Muster, die eine Struktur haben, sie werden sonst plattgedrückt. Gehen Sie bei solchen Stricksachen nur mit etwas Abstand mit dem Bügeleisen darüber und geben Sie einen Dampfstoß darauf. Danach das Strickstück liegend ausdampfen lassen, bis es ganz trocken ist.



*Wollsachen bewahrt man immer liegend auf, weil sie sich auf einem Kleiderbügel aushängen und länger werden. Außerdem entstehen sonst mit der Zeit Beulen an den Schultern.*

## AUFBEWAHREN

Zum Aufbewahren legen Sie Ihre selbst gestrickten Pullis und Jacken in den Schrank: einfach Ärmel einschlagen und die untere Hälfte nach oben klappen. Am Kleiderbügel hängend bekommen sie Beulen an den Schultern, und je nach Gewicht werden sie immer länger. Einige Lavendelsäckchen im Schrank verteilt verhindern, dass den gefürchteten Motten Ihre Wollsachen genauso gut gefallen wie Ihnen und sie Löcher hineinfressen. Wechseln Sie den Mottenschutz halbjährlich aus. Bewährt haben sich auch kleine Scheiben aus Zedernholz, die einfach zwischen die Wollsachen gelegt werden.

## BANDEROLE

Heben Sie unbedingt eine Banderole des Garns auf, so wissen Sie immer, um welches Material oder welche Materialzusammensetzung es sich handelt. Damit sie nicht verloren gehen, bewahren Sie die Banderolen am besten ordentlich in Ihrem Strick-Notizbuch auf ([>](#)). So können Sie auch später noch nachschauen, wie Sie einen bestimmten Pulli oder eine Mütze pflegen sollten. Die Symbole auf der Banderole erklären genau, wie Sie das Strickteil waschen und bügeln dürfen. Meist ist ein Waschbottich mit einer Hand darauf. Das bedeutet: unbedingt von Hand waschen. Ist der Bottich unterstrichen und keine Hand zu sehen, darf das Strickstück aus diesem Garn in der Waschmaschine im Schongang oder Wollwaschgang gewaschen werden.



Schonwaschgang  
Programm Wolle



Nicht im Trockner  
trocknen



Handwäsche



Bügeln  
schwache Hitze

*Bitte immer auf die Waschsymbole achten, die auf der Banderole angegeben sind. Im Zweifelsfall sollte man ein Strickstück lieber von Hand waschen.*



# WORKSHOP STRICKEN

Nun kann es losgehen! Wir fangen klein an mit Schals, die aus rechten und linken Maschen gestrickt sind, und steigern uns allmählich. In anschaulichen Detailbildern und Beschreibungen stellen wir die Grundstrickarten vor und erhöhen nach und nach den Schwierigkeitsgrad. Wenn Sie genügend Übung haben, werden Ihnen Accessoires wie Mützen, Handschuhe und Socken sowie größere Objekte wie Pullis, Jacken und sogar Kleider leicht von der Hand gehen. Bei jedem Modell lernen Sie eine weitere Technik dazu, sodass sich Ihr Repertoire nach und nach vergrößert. Und weil Bilder mehr als tausend Worte sagen, zeigen Ihnen anschauliche Step-Fotos, wie zum Beispiel die Nadel eingestochen und der Faden geholt werden muss.