



SITZ KISSEN selfmade – ganz von Handgemacht! Unikat!

für Yoga Übungen, Sitzhaltungen, Meditation

Material:

Verwende gute Wolle, superschön auch Reste.

Häkelnadel Stärke 6 (oder so)

1 Kopfkissen 80x80

Menge:

Ca. 300 gr – je nach Wunschgröße

Beginne mit 5 Luftmaschen.

Verbinde diese zu einem Ring und häkle von nun an in Runden. In die erste Runde häkle ca. 8 feste Maschen. Markiere deinen Rundenanfang mit einem andersfarbigen Wollfaden.

2. Runde: in jede Masche doppelt einstechen

3. Runde: in jede 2. Masche doppelt einstechen

4. Runde: einfach

Häkle von nun an mutigfreudig voran, nehme zu in Abständen, ca. alle 2-3 Runden. Die Abstände zwischen den Maschen werden weiter: häkle nach jeder 3. Masche eine Doppelmasche, dann jede 4. – betrachte deine Häkelei – sie sollte fest und gleichmäßig eben rund werden.

Häkle zwei identische Kreise mit einem Durchmesser von ca. 30-40 cm.

Einen Kreis behäkle nun weiter. Nimm jetzt eine Runde ab, d.h. ca. jede 7. Masche überspringe eine Masche. Häkle nun ca. 5- 10 cm (nach Wunsch) rundum ohne weitere Zu- oder Abnahmen – es entsteht ein Rand. Stecke mit Stecknadeln deine beiden Kreise zusammen und häkle nun $\frac{3}{4}$ zu. Vernähe alle nötigen Fäden sorgsam.

Nun kommt Fingerspitzengefühl – schiebe Stück um Stück das große Kissen in deine Kissenhülle. Glaube mir, ES GEHT! Stecke das letzte Viertel zusammen und häkle nun zu. Wenn du dieses kleine Stück mit einem ähnlichen doch anders farbigen Garn häkelst kannst du die Hülle leichter wieder öffnen (z. Bsp. Zum Waschen ;o). Häkle zum Schluss eine Luftmaschenkette ca 20 cm und nähe diese nun fest. Dein praktischer Tragegriff.

Tipp: Lässt sich super in der Waschmaschine filzen – wasche auf 60-90 ° , rechne damit, dass dein Kissen etwas eingeht! Durchs filzen bleibt es jedoch Formstabiler!

Viel Freude beim Häkeln! Und noch mehr Freude beim Sitzen mit und auf deinem persönlichen Medi-Kissen!