

①. Oberarmweite : _____ + _____ cm Zugabe* = _____ : 2 = _____ (②)

- *3 - 10 cm Zugabe würde Sinn ergeben, letztlich steht es Dir frei, wie tief Du die Armausschnitttiefe ansetzen möchtest. Beachte, dass Du genug Zugabe in der Schulter hast, also wähle die Ausschnitttiefe nicht zu eng.
- Du rechnest folgendermaßen: Oberarmweite + X cm Spiel : 2 = die Armausschnitttiefe

②. Armausschnitttiefe: _____ Anzahl Reihen: _____

③. Halsweite: _____ + _____ cm Zugabe = _____ Anzahl Maschen: _____

- Lege ein Band um d. Hals; messe den Abstand zw. den Enden

④. Rückenbreite: _____ + _____ cm Zugabe = _____ Anzahl Maschen: _____

- Abstand zw. Schulterknochen

⑤. Oberkörperweite: (Umfang) _____ + _____ cm Zugabe = _____ Anzahl Maschen: _____

- Du misst direkt unter der Achsel

⑥. Brustweite (Brustumfang): _____ + _____ cm Zugabe = _____ Anzahl Maschen: _____

- Du misst am stärksten Punkt

- Hier gibt es zwei Möglichkeiten. Entscheide Dich, wieviel Zugabe Du haben möchtest, soll der Pullover weiter oder enger sitzen?
- Entweder teilst Du den Brustumfang einfach durch zwei, oder, falls Du eine größere Oberweite hast, teilst Du Deinen Oberkörperumfang durch 2, das entspricht dann der Rückenweite. Du entscheidest Dich, wieviel Zugabe Du an Deiner Brust haben möchtest. Von diesem Brustumfang ziehst Du Deine Rückenweite ab. (s. auch Erläuterungen)

⑦. Hüftweite: _____ + _____ cm Zugabe = _____ Anzahl Maschen: _____

⑧. Saum bis Armausschnitt: _____ Anzahl Reihen: _____

⑨. Armlänge: _____ Anzahl Reihen: _____

- Du misst vom Achselpunkt bis gewünschte Länge

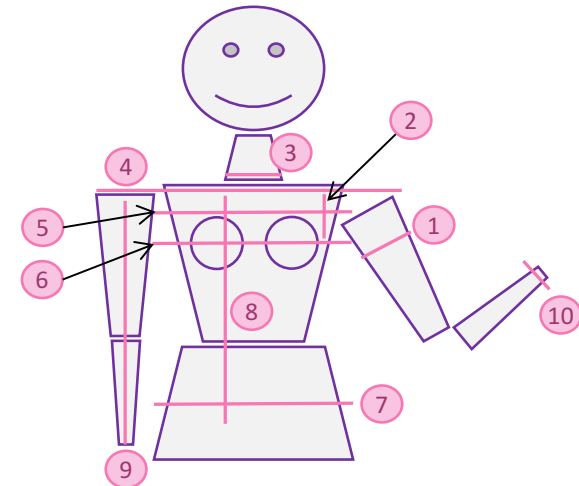
⑩. Umfang Handgelenk: _____ + _____ cm Zugabe = _____ Anzahl Maschen: _____

Maschenprobe

Garn: _____

Nadelstärke: _____

10 x 10 cm = _____ M x _____ R



Zunahmen für den Ärmel:

Bündchenlänge _____ cm + 3 cm = _____ (X)

Ärmellänge _____ cm - (X) _____ cm = _____ (Y) cm

(Y) _____ x Reihen Maschenprobe _____ = _____ (B)

Oberarmweite M _____ - Handgelenk M _____ = _____ M (Z)*

* (Z) Ggf. abrunden

(B) _____ : ((Z) _____ : 2) = _____ (F)

Also nimmst Du in jeder (F) _____ Reihe, (Z) : 2 = _____ mal zu

①. Oberarmweite 26 + 5 cm Zugabe* = 31 → $31 : 2 = 15,5$ (2)

- *3 - 10 cm Zugabe würde Sinn ergeben, letztlich steht es Dir frei, wie tief Du die Armausschnitttiefe ansetzen möchtest. Beachte, dass Du genug Zugabe in der Schulter hast, also wähle die Ausschnitttiefe nicht zu eng.
- Du rechnest folgendermaßen: Oberarmweite + X cm Spiel : 2 = die Armausschnitttiefe

②. Armausschnitttiefe: 15,5

Anzahl Reihen: 49,6

③. Halsweite: 18 + 5 cm Zugabe = 23
 • Lege ein Band um d. Hals; messe den Abstand zw. den Enden

Anzahl Maschen: 55,2

④. Rückenbreite: 39 + 5 cm Zugabe = 44
 • Abstand zw. Schulterknochen

Anzahl Maschen: 105,6

⑤. Oberkörperweite: (Umfang) 78 + 10 cm Zugabe = 87
 • Du misst direkt unter der Achsel

Anzahl Maschen: 208,8

⑥. Brustweite (Brustumfang): 83 + 10 cm Zugabe = 93
 • Du misst am stärksten Punkt

Anzahl Maschen: 223,2

- Hier gibt es zwei Möglichkeiten. Entscheide Dich, wieviel Zugabe Du haben möchtest, soll der Pullover weiter oder enger sitzen?
- Entweder teilst Du dann den Brustumfang einfach durch zwei, oder, falls Du eine größere Oberweite hast, teilst Du Deinen Oberkörperumfang durch 2, das entspricht dann der Rückenweite. Du entscheidest Dich, wieviel Zugabe Du an Deiner Brust haben möchtest. Von diesem Brustumfang ziehst Du Deine Rückenweite ab. (s. auch Erläuterungen)

⑦. Hüftweite: 91 + 5 cm Zugabe = 96

Anzahl Maschen: 230,4

⑧. Saum bis Armausschnitt: 43

Anzahl Reihen: 137,6

⑨. Armlänge: 48
 • Du misst vom Achselpunkt bis gewünschte Länge

Anzahl Reihen: 153,6

⑩. Umfang Handgelenk: 16 + 5 cm Zugabe = 21

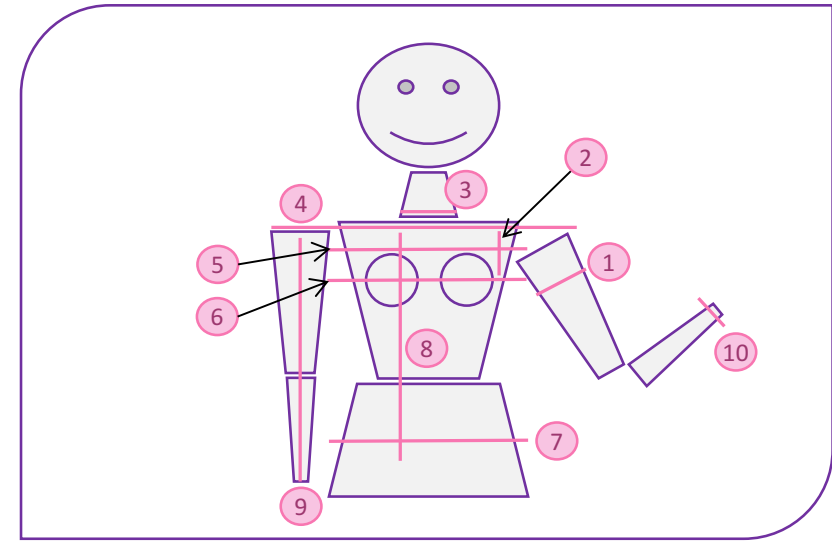
Anzahl Maschen: 50,4

Maschenprobe

Garn: „Hersteller“ Merinostar

Nadelstärke: 3 mm

10 x 10 cm = 24 M x 32 R



Zunahmen für den Ärmel:

Bündchenlänge $3\text{ cm} + 3\text{ cm} = 6$ (X)

Ärmellänge $48\text{ cm} - (X) 6\text{ cm} = 42$ (Y) cm

(Y) $42 \times \text{Reihen Maschenprobe } 3,2 = 134,4$ (B)

Oberarmweite M $74,4 - \text{Handgelenk M } 50,4 = 24$ M (Z)*

* (Z) Ggf. abrunden

(B) $134,4 : ((Z) 24 : 2) = 11,2$ (F)

Also nimmst Du in jeder (F) 11 Reihe, (Z) : 2 = 12 mal zu

- Beim Stricken entsteht der „Stoff“ aus unseren Maschen. Daher ist er anders als beim Nähen; er ist flexibler.
- Das Errechnen der Maschenanzahl anhand unserer Maschenprobe und Maße ist essentiell, doch müssen wir manchmal ein paar Maschen dazu nehmen oder abnehmen, krumme Zahlen auf- oder abrunden. Dies kannst Du in Deinem eigenen Ermessen vornehmen und bekommst mit der Übung ein Gefühl dafür.
- Dieser Arbeitszettel ist für die „Kastepullover“ gedacht. Natürlich kannst Du ihn auch für andere Designs verwenden und entsprechend anpassen. Wenn Du z. B. die Armausschnitttiefe generell ausmessen möchtest, misst Du von der Mitte der Schulter (wo die Schulternaht sein würde) über vorne. Klemme dazu eine Lineal oder eine Nadel direkt in Deine Achsel. Lass das Maßband von der Mitte der Schulter nach vorne fallen. Dort, wo es das Lineal / die Nadel kreuzt, misst Du. Dazu nimmst Du z. B. 2,5 -4 cm Zugabe und hast Deine Armausschnitttiefe
- Für Bündchen kannst Du entweder eine halbe Nadelstärke weniger nehmen oder die Weite, wo der Pullover sitzen soll, ohne Zugabe anschlagen
- Bei der Halsweite lohnt es sich zu prüfen, ob der Kopf auch tatsächlich durch Deinen Ausschnitt passen wird, zum Überprüfen misst Du Deinen Kopfumfang. Oder Dein Strickstück ist so elastisch, dass es durch einen engen Halsausschnitt passen wird
- Die Rückenbreite wird von Schulterknochen zu Schulterknochen gemessen, also entlang des Schulterblatts fahren und dem Knochen folgen, bis er endet. Das ist der Punkt, von dem gemessen wird.
- Zur Brust / Oberkörperweite: In meinem Beispieldpullover habe ich einfach den Brustumfang plus Zugabe (in dieser Variante würde ich z.B. 10 cm nehmen) durch 2 geteilt und habe somit an der Vorder- und Rückseite die gleiche Maschenanzahl (je 111,6, also würde ich 112 nehmen)
- Für eine Anpassung an der Vorderseite nimmst Du die Hälfte der Oberkörperweite = in diesem Beispiel $87 \text{ cm} : 2 = 43,5 \text{ cm}$. Dies ist Deine Rückenweite. Dann nimmst Du Deine Brustweite inkl. Zugabe, hier 93 cm und ziehst davon 43,5 cm ab, das sind = 49,5 cm. Entsprechend ist Deine Rückenweite 43,5 cm (104,4 M, abgerundet 104 M) und Deine Vorderseite 49,5 cm (118,8 M, aufgerundet 109 M).
- Wenn Du den Umfang großzügig genug berechnest, sollte keine unterschiedliche Verteilung der Maschen an der Vorder- / Rückseite notwendig sein.
- Die Hüftweite ist nur notwendig, wenn Du den Pullover entsprechend lang stricken möchtest
- Die Brust- und Hüftweite wird immer am prominentesten Punkt gemessen
- Für die Ärmelzunahmen gilt, dass man am Oberarm ein Stückchen ohne Zunahmen strickt, ich nehme in der Regel 3 cm, daher ziehen wir von der Armlänge das Bündchen und 3 cm ab, um zu bestimmen, auf welchen Abschnitt wir die Maschen abnehmen. (in diesem Beispiel stricken wir den Ärmel von oben)
- Falls Du den Pullover tailliert stricken möchtest, errechnest Du die Abnahmen bzw. Zunahmen im Abschnitt über der Taille entsprechend der Ärmelzunahmen, lediglich ohne die 3 cm. Die Zu- und Abnahmen sollten der Stellen am Körper entsprechen, wo sie stattfinden. Z. B. über dem Hüftknochen bis zur Taille und entsprechend von der Taille aufwärts. Das hängt ganz von Eurer Körperform ab.