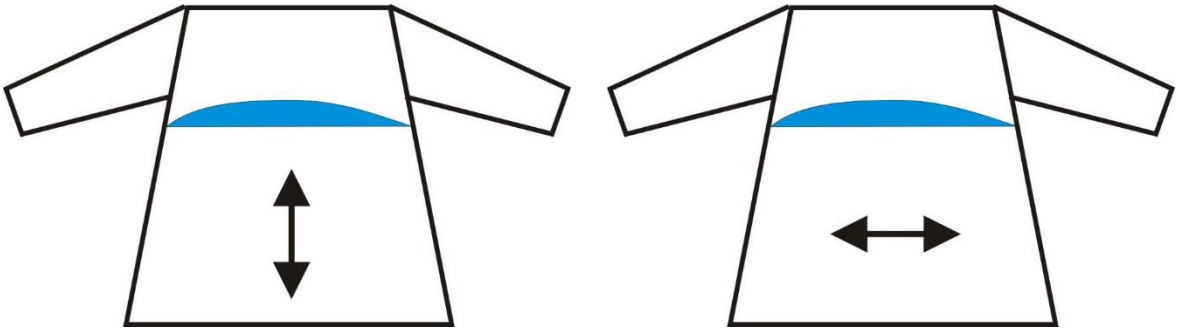
Formung einer Brustzugabe

Wenn du eine große Oberweite hast (in deutschen Größen etwa ab C-Körbchen), macht es Sinn, bei einem Oberteil zusätzliches Gestrick als Brustzugabe einzusetzen, damit das Oberteil besser sitzt.

Während beim Nähen die Brustzugabe durch Abnähen eines verlängerten Vorderteils geschaffen wird, können wir beim Stricken das benötigte „Mehr“ an Gestrick an die Stelle setzen, wo es benötigt wird. Wenn wir horizontal stricken, geschieht dies über verkürzte Reihen. Wenn wir das Oberteil quer stricken, gestalten wir die Brustzugabe mit Zu- und Abnahmen.

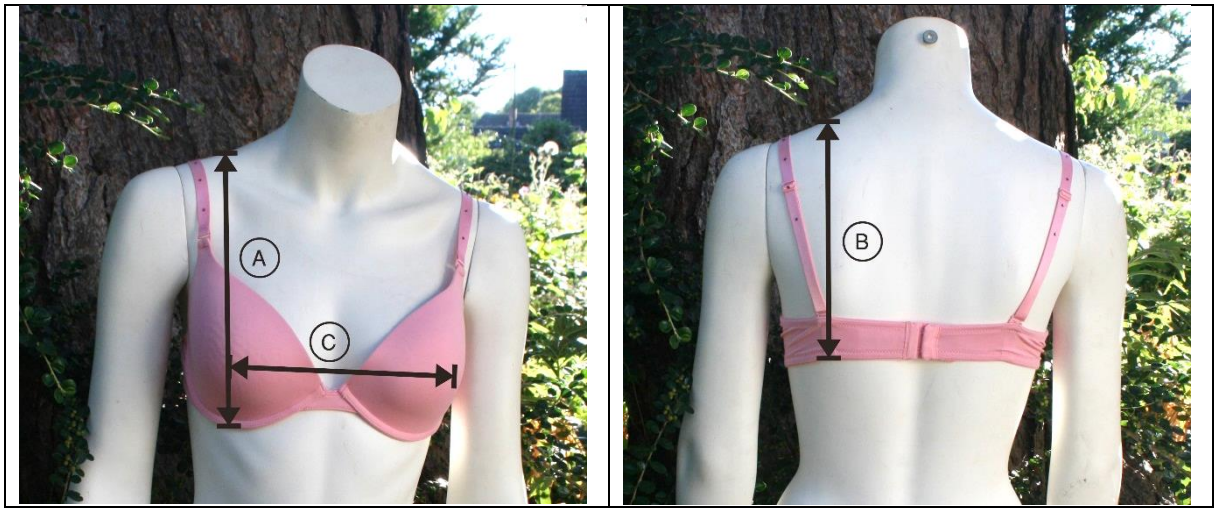


Als Vorlage für diese Erklärung durfte ich die Ausführungen von Vera Sanon mit ihrer freundlichen Genehmigung nutzen. Die Beispielrechnungen sind aus Veras Erklärung übernommen.

© Magische Maschen Heidrun Liegmann, 2013

Schritt 1: Maße nehmen

Um zu errechnen, wie viel zusätzliches Gestrick für die Brustweite benötigt wird, müssen wir einige Maße am Körper nehmen. Trag dazu einen BH, der gut sitzt und den du gern und häufig trägst. Trag deine eigenen Maße in die Tabelle ein.



Maß	Beschreibung	Meine Maße:
A	A misst man von oben, von der Mitte der Schulter, über die vollste Stelle vom Busen, bis zur Unterkante des BH-Bundes.	
B	B misst man von oben, von der Mitte der Schulter, über den Rücken, bis zur Unterkante des BH-Bundes.	
C	Für C misst man den Abstand von der einen „Busen-Bergspitze” zur anderen, das Maßband liegt dabei nicht auf, sondern reicht von einer „Bergspitze“ zur anderen.	

© Magische Maschen Heidrun Liegmann, 2013

Schritt 2: Berechnen der im Vorderteil zusätzlich notwendigen Höhe/ Breite

Vorgehensweise:	Beispiel:	Meine Maße:
A =	*A = 43 cm*	A =
B =	*B = 35 cm*	B =
A – B =	*43 cm – 35 cm = 8 cm*	A – B =

Der Unterschied zwischen Maß A und Maß B ist im Beispiel 8 cm.

Brauchst du wirklich verkürzte Reihen zur Brustformung? Gestricktes Gewebe dehnt sich und darf über der Brust nicht zu locker sitzen.

Deshalb ziehen wir vom Ergebnis 5 cm ab.

Vorgehensweise:	Beispiel:	Meine Maße:
(A – B) – 5 = X cm	*8 cm – 5 cm = 3 cm*	(A – B) – 5 = _____ cm

Im Beispiel muss ich über 3 cm verkürzte Reihen stricken, damit das Oberteil über dem Busen super sitzt.

© Magische Maschen Heidrun Liegmann, 2013

Schritt 3: Umrechnen der zusätzlichen Höhe / Breite anhand der Maschenprobe

Für horizontal Gestricktes:	**Für quer Gestricktes:**
Wenn ich das Oberteil von oben nach unten oder von unten nach oben stricke, bedeutet das, dass ich für die Brustzugabe zusätzliche Höhe benötige. Ich brauche an dieser Stelle also mehr Doppelreihen. Die zusätzlichen Doppelreihen schaffe ich durch verkürzte Reihen.	Wenn ich das Oberteil quer von einer Seite zur anderen stricke, bedeutet das, dass ich für die Brustzugabe zusätzliche Breite an dieser Stelle benötige. Ich brauche an dieser Stelle also mehr Maschen. Diese zusätzlichen Maschen nehme ich erst zu, dann wieder ab.
Maschenprobe Beispiel: *25 Maschen x 20 Doppelreihen (40 Reihen) = 10 x 10 cm* *2,5 Maschen = 1 cm* *2 Doppelreihen = 1 cm*	
Meine Maschenprobe: _____ Maschen x _____ Doppelreihen (_____ Reihen) = 10 x 10 cm _____ Maschen = 1 cm _____ Doppelreihen = 1 cm	
Wie viele zusätzliche verkürzte Doppelreihen muss ich stricken?	Wie viele Maschen muss ich zu- und wieder abnehmen?
____cm Brustformung x **____Doppelreihen/1 cm =** **____ Gesamtzahl der Doppelreihen Z**	**____cm Brustformung x** **____Maschen/1 cm =** **____ Gesamtzahl der Zunahmen Z**
X = _____ cm = _____ Doppelreihen Z	X = _____ cm = _____ Zunahmen Z
Beispiel: *X = 3 cm = 3 x 2 = 6 Doppelreihen Z* *Meine Brustformung muss 3 cm hoch sein, meine Maschenprobe ist 2 Doppelreihen pro 1 cm:* *3 cm x 2 Doppelreihen/cm = 6 Doppelreihen*	*Beispiel:* *X = 3 cm = 3 x 2,5 = 8 Maschen Z* *Meine Brustformung muss 3 cm breit sein, meine Maschenprobe ist 2,5 Maschen pro 1 cm:* *3 cm x 2,5 Maschen/cm = 7,5 Maschen* *= aufgerundet 8 Maschen*
Meine Daten: X = ____ cm = _____ x _____ = _____ Doppelreihen Z	Meine Daten: X = ____ cm = _____ x _____ = _____ Maschen Z

© Magische Maschen Heidrun Liegmann, 2013

Schritt 4: Berechnung der Breite / Höhe der Brustformung:

Maß C gibt an, wie groß der Abstand zwischen den beiden höchsten Brusterhebungen ist.

Die Brustformung endet nicht direkt am Hochpunkt der Brust, sondern wird an jeder Seite 2,5 cm breiter gemacht, insgesamt also 5 cm breiter als C.

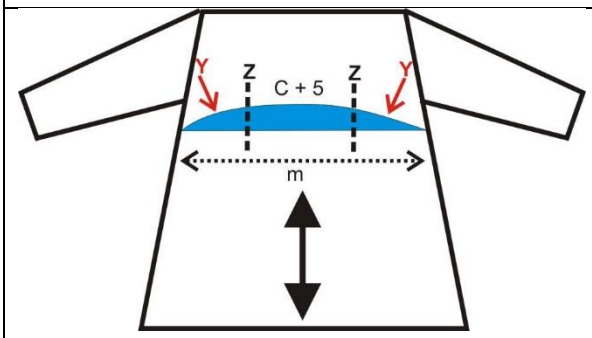
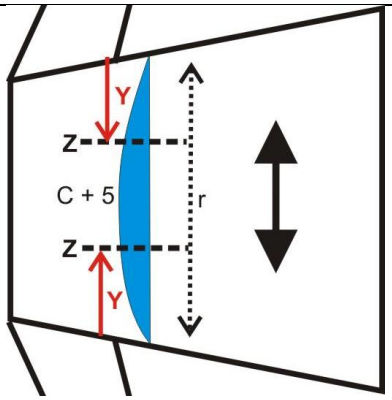
Vorgehensweise:	Beispiel:	Meine Maße:
C =	*C = 22 cm*	C =
C + 5 =	*22 cm + 5 cm= 27 cm*	C + 5 =_____ cm

Die Brustformung fängt an den Seitennähten des Vorderteils (oder der der Seitennaht entsprechenden Stelle im Schnitt) an und endet beidseits 2,5 cm außen vom höchsten Punkt.

Im Beispiel ergeben sich für den höchsten Bereich der Brustformung in der Mitte 27 cm.

© Magische Maschen Heidrun Liegmann, 2013

Schritt 5: Umrechnen der Breite / Höhe der Brustformung anhand der Maschenprobe

Für horizontal Gestricktes:	**Für quer Gestricktes:**
Ich arbeite die verkürzten Reihen an beiden Seiten über den Abschnitt, der zwischen Brustmitte und Seitennaht liegt.	Ich arbeite die Zunahmen auf der ersten Seitenstrecke, dann die Brustmitte. Auf der zweiten Seitenstrecke werden die Abnahmen gestrickt.
	
Die Gesamtbreite des Vorderteils ist m. m = _____ cm = _____ Maschen *Beispiel: m = 56 cm = 140 Maschen*	Die Gesamthöhe des Vorderteils ist r. r = _____ cm = _____ Doppelreihen *Beispiel: r = 56 cm = 112 Doppelreihen*
Anhand der Maschenprobe rechne ich die Brustmitte (C + 5) in Maschen um.	Anhand der Maschenprobe rechne ich die Brustmitte (C + 5) in Doppelreihen um.
Beispiel: *25 Maschen = 10 cm* *2,5 Maschen = 1 cm* *27 cm = 27 x 2,5 = 67,5 Maschen, aufgerundet auf 68 Maschen.*	*Beispiel:* *20 Doppelreihen = 10 cm* *2 Doppelreihen = 1 cm* *27 cm = 27 x 2 = 54 Doppelreihen.*
Meine Daten: ____ Maschen = 10 cm ____ Maschen = 1 cm ____ cm x _____ Maschen = _____ Maschen	Meine Daten: ____ Doppelreihen = 10 cm ____ Doppelreihen = 1 cm ____ cm x _____ Doppelreihen = _____ Doppelreihen
Mit verschließbaren Maschenmarkierern markiere ich den rechten und linken Rand der Brustmitte im Gestrick. Ich setze die Maschenmarkierer ca. 5cm unterhalb des Armaussschnittes, an die Stelle, an denen das Stricken der Brustzugabe beginnt.	Die Brustformung wird ca. 5 cm unterhalb eines normalen Armausschnittes gestrickt. Diese Stelle im Gestrick mit einem verschließbaren Maschenmarkierer kennzeichnen. Die Zu- und Abnahmen werden links des Maschenmarkierers gemacht.

© Magische Maschen Heidrun Liegmann, 2013

Für horizontal Gestricktes:	**Für quer Gestricktes:**
Von der Gesamtbreite des Vorderteils m in Maschen ziehe ich jetzt die Brustmitte (C + 5) in Maschen ab. Das Ergebnis teile ich durch 2, weil es sich auf die beiden Seiten verteilt. **Gesamtbreite des Vorderteils** **- Brustmitte** **/2 = Bereich Y**	Von der Gesamthöhe des Vorderteils r in Doppelreihen ziehe ich jetzt die Brustmitte (C + 5) in Doppelreihen ab. Das Ergebnis teile ich durch 2, weil es sich auf die beiden Seiten verteilt. **Gesamthöhe des Vorderteils** **- Brustmitte** **/2 = Bereich Y**
m – (C + 5) / 2 = Y	**r – (C + 5) / 2 = Y**
Beispiel: *m = 56 cm= 140 Maschen* *(C + 5) = 27 cm = 68 Maschen* *140 – 68 = 72 Maschen* *72 Maschen / 2 = 36 Maschen = Y* *Die verkürzten Reihen werden beidseits über 36 Maschen gestrickt.*	*Beispiel:* *r = 56 cm= 112 Doppelreihen* *(C + 5) = 27 cm = 54 Doppelreihen* *112 – 54 = 58 Doppelreihen* *58 / 2 = 29 Doppelreihen = Y* *Die Zunahmen werden im ersten Seitenteil über 29 Doppelreihen gemacht. Die Abnahmen werden im zweiten Seitenteil über 29 Doppelreihen gemacht.*
Meine Daten: m = _____ Maschen (C + 5) = _____ Maschen _____ - _____ = _____ Maschen _____ / 2 = _____ Maschen = Y Die verkürzten Reihen werden beidseits über _____ Maschen gestrickt.	Meine Daten: r = _____ Doppelreihen (C + 5) = _____ Doppelreihen _____ - _____ = _____ Doppelreihen _____ / 2 = _____ Doppelreihen = Y Die Zu- bzw. Abnahmen werden beidseits über _____ Doppelreihen gestrickt.

© Magische Maschen Heidrun Liegmann, 2013

Schritt 6: Ausrechnen der verkürzten Reihen bzw. Zu- und Abnahmen

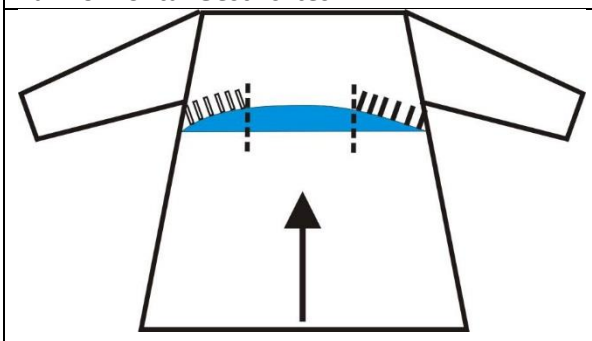
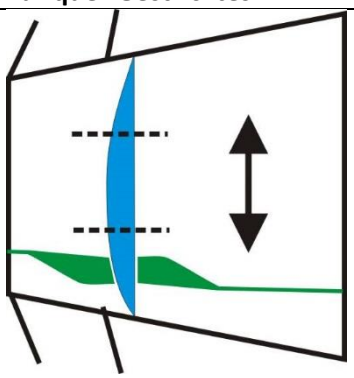
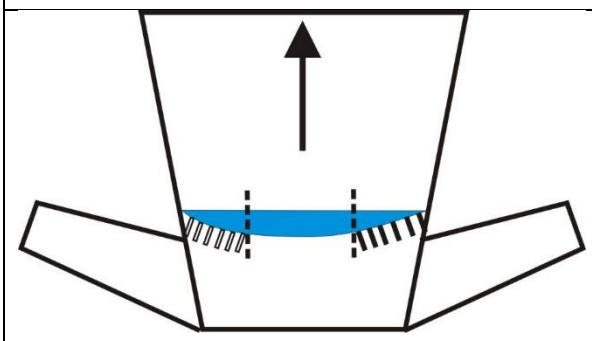
Für horizontal Gestricktes:	**Für quer Gestricktes:**
Ich arbeite die verkürzten Reihen an beiden Seiten über den Abschnitt, der zwischen Brustmitte und Seitennaht liegt. Dieser Abschnitt ist Y Maschen breit und Z Doppelreihen hoch.	Ich arbeite die Zunahmen auf dem Seitenteil vor der Brustmitte, die Abnahmen auf dem Seitenteil nach der Brustmitte. Dieser Abschnitt ist Y Doppelreihen hoch, und ich muss Z Maschen zu- bzw. abnehmen.
Beispiel: *Y = 36 Maschen* *Z = 6 Doppelreihen*	*Beispiel:* *Y = 29 Doppelreihen* *Z = 8 Zu- bzw. Abnahmen*
Meine Daten: Y = _____ Maschen Z = _____ Doppelreihen	Meine Daten: Y = _____ Doppelreihen Z = _____ Maschen
Ich rechne aus, in welchem Abstand ich meine Nadeln für die Brustzugabe stecken muss: **_____ Y Anzahl der Seitenmaschen /** **_____ Z Anzahl der verkürzten Reihen =** **_____ Maschenanzahl zwischen den Wenden**	Ich rechne aus, in welchem Abstand ich meine Zu- bzw. Abnahmen machen muss: **_____ Y Anzahl der Doppelreihen /** **_____ Z Anzahl der Zu- bzw. Abnahmen =** **_____ Anzahl der Doppelreihen zwischen den Zunahmen/Abnahmen**
Beispiel: *36 Maschen / 6 Verkürzungen = 6* *6 Verkürzungen heißt: Ich muss 6 helle und 6 dunkle Nadeln stecken.* *Ich muss an jeder Seite 6 Nadeln für die Brustzugabe stecken, jeweils im Abstand von 6 Maschen.*	*Beispiel:* *29 Doppelreihen / 8 Zu- bzw. Abnahmen = 3,6 aufgerundet auf 4.*

© Magische Maschen Heidrun Liegmann, 2013

Schritt 7: **Bei horizontal Gestricktem: Erstellen des Steckplans**
Bei quer Gestricktem: Erstellen des Zu- und Abnahmeplans

Für horizontal Gestricktes:	**Für quer Gestricktes:**
Ich arbeite die verkürzten Reihen an beiden Seiten über den Abschnitt, der zwischen Brustmitte und Seitennaht liegt. Dieser Abschnitt ist Y Maschen breit und Z Doppelreihen hoch. Im vorigen Abschnitt habe ich ausgerechnet, wie viele Nadeln ich stecken muss und wie viele Maschen zwischen den Nadeln liegen.	Ich nehme beim ersten Seitenteil links des gesteckten Markers Maschen zu. Dann stricke ich die Brustmitte. Beim zweiten Seitenteil arbeite ich links des Markers Abnahmen. Jedes Seitenteil ist Y Doppelreihen hoch, auf denen ich X Zu- bzw. Abnahmen gleichmäßig verteilen will. Im vorigen Abschnitt habe ich ausgerechnet, in welchem Abstand in Doppelreihen ich zu- bzw. abnehmen muss.
Die Brustformung entspricht einem **Bogen**. Für beide Bögen ist der Steckplan gleich: Die hellen Nadeln werden in den linken Seitenabschnitt gesteckt. Die dunklen Nadeln werden in den rechten Seitenabschnitt gesteckt. Die erste Nadel wird jeweils direkt am Rand der Brustmitte gesteckt, die anderen Nadeln in den gleichmäßigen Abständen, die wir im vorigen Schritt ausgerechnet haben.	
Beispiel: *6 H 6 H 6 H 6 H 6 H 6 H 68 D 6 D 6 D 6 D 6 D 6 D 6*	*Beispiel:* *Erstes Seitenteil: Ich mache 8 einseitige Zunahmen im Abstand von jeweils 4 Doppelreihen, links von der Markierung. Nach einer weiteren Doppelreihe ist das Seitenteil fertig.* *Dann stricke ich die Brustmitte über 54 Doppelreihen.* *Zweites Seitenteil: Ich stricke 1 Doppelreihe über alle Maschen. Dann folgen 8 einseitige Abnahmen im Abstand von jeweils 4 Doppelreihen, links der Markierung.*

© Magische Maschen Heidrun Liegmann, 2013

Für horizontal Gestricktes:	**Für quer Gestricktes:**
 Wenn ich **von unten nach oben** stricke, arbeite ich einen Bogen von außen nach innen D2. Der Bogen beginnt mit der letzten hellen Nadel und der letzten dunklen Nadel und arbeitet die Nadeln von außen nach innen ab. Nach der letzten dunklen Nadel wird der linke Rand angestrickt, danach die komplette Rückreihe bis zum rechten Rand gestrickt.	 Wenn ich bei quer gestricktem Swing-Stricken™ Light eine Brustzugabe arbeiten möchte, muss ich eine Besonderheit berücksichtigen: Die für die Brustzugabe zugenommenen Maschen sind **nicht** in den Steckplänen für die Nadeln berücksichtigt! Ich muss diese Zusatzmasche kennzeichnen und beim Stecken der Nadeln nach Steckplan NICHT mitzählen. Die Zusatzmaschen werden ganz normal mit der Strophe gestrickt – eine über die Zusatzmaschen gehende Strophe wird somit verlängert.
 Wenn ich von oben nach unten (top down) stricke, arbeite ich einen Bogen von innen nach außen D1. Der Bogen beginnt mit der ersten hellen Nadel und der ersten dunklen Nadel und arbeitet die Nadeln von innen nach außen ab. Nach der letzten dunklen Nadel wird der linke Rand angestrickt, danach die komplette Rückreihe bis zum rechten Rand gestrickt.	
Nach der Brustformung wird normal in Reihen oder Runden weiter gestrickt.	

© Magische Maschen Heidrun Liegmann, 2013