

NÄHANLEITUNG: MEDITATIONSKISSEN „LOTUS“



VORBEREITUNG

- **Schnitt ausdrucken** – Vorsicht, dass Drucker auf 100% eingestellt ist, mittels Kontrollquadrat nachmessen.
- **Schnitt wie angegeben zusammensetzen** und Schnittteile in gewünschter Größe ausschneiden

MATERIAL

- ca 40 cm mittelschwere Baumwolle für das Innenkissen*
- ca 50 cm Bezugsstoff für das Außenkissen*
- passendes Nähgarn
- Reißverschluss 22 cm
- ca 1,5 m Kordel
- Dinkel- oder Buchweizenspelzen für die Füllung

ZUSCHNEIDEN – bei allen Teilen (bis auf Abdeckkreis) 1,5 cm Nahtzugabe hinzugeben.

- **Innenkissen:** 1 x ganzer Kreis, 2 x Halbkreis, 1 x Innenseite im Stoffbruch
- **Außenkissen:** 1 x Griff, 1 x ganzer Kreis, 1 x Außenseite im Stoffbruch, 1 x Abdeckkreis

[Abbildung 1]

BÜGELN

- die Nahtzugabe der geraden Seite der beiden Halbkreise nach innen bügeln
- Nahtzugaben der kurzen Seiten der Innenseite nach innen bügeln
- Griff in die Hälfte bügeln
- Die Außenseite entlang der Biese nach innen bügeln, dann die Nahtzugabe des Tunnelzugs oben nach innen bügeln, anschliessend die Ecken entlang der Markierung (an beiden Enden) nach innen bügeln, abschließend oben noch 2,5 cm (ebenfalls markiert) nach innen bügeln – ergibt Tunnelzug

[Abbildung 2]

VERSÄUBERN

Vor dem Zusammensetzen können alle Kanten versäubert werden



* bei einer Stoffbreite von 140 cm Zuschneiden – bei allen Teilen (bis auf Abdeckkreis) 1,5 cm Nahtzugabe hinzugeben

NÄHANLEITUNG: MEDITATIONSKISSEN „LOTUS“



NÄHEN

INNENKISSEN

- beide Halbkreise rechts auf rechts aufeinanderlegen, auf der Geraden oben und unten bis zur Markierung nähen *[Abbildung 3]*
- Reißverschluss zwischen die beiden Halbkreise nähen
- Innenseite rechts auf rechts an den entstandenen Kreis nähen (Vorsicht: erst nach Nahtzugabe und bei Mittelnaht ansetzen)**
- Reißverschluss für späteres Wenden öffnen
- ganzen Kreis rechts auf rechts auf die entstandene Runde des Seitenteils nähen (Hinweis: im rechten Winkel zur Nahtlinie stecken; beim nähen liegt das Seitenteil oben, der Kreis unten – so kann man Falten leichter vorbeugen)
- die kurzen Seiten der Innenseite durch eine gerade Naht schließen *[Abbildung 4]*
- wenden



Abbildung 5



Abbildung 6

AUSSENKISSEN

- Griff nähen – Griff längs in die Hälfte falten und recht auf rechts die lange Seite schließen. Dann die entstandene Naht auf die Bügelfalte legen (d.h. Naht liegt in der Mitte des Griffs) nochmals bügeln und eine kurze Seite schließen. Wenden. *[Abbildung 5]*
- die Biese auf der rechten Seite des Stoffes möglichst knappkantig abnähen (Tunnelzug liegt auf der Unterseite) dabei den fertigen Griff mit der geschlossenen Seite einnähen *[Abbildung 6]*
- den Abdeckkreis versäubern
- den eingebügelt Tunnelzug 2 cm von oben abnähen. Abdeckkreis dabei (wie in *Abbildung 7*) mitannähen *[Abbildung 7]*
- Außenseite an den ganzen Kreis nähen – dabei die lose Seite des Griffs mit einnähen
- die kurzen Seiten der Außenseite durch gerade Naht schließen *[Abbildung 8]*
- wenden und Kordel mit Hilfe einer Sicherheitsnadel einziehen



Abbildung 7

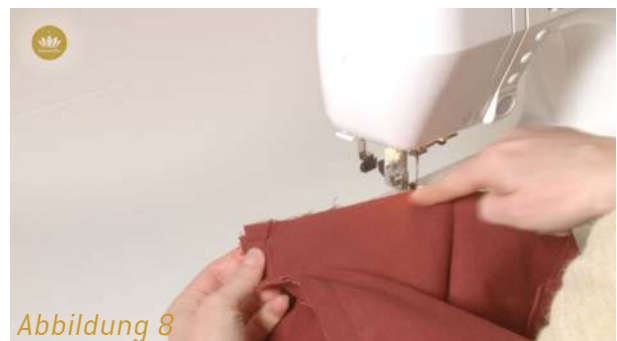


Abbildung 8

**Tipp: Viertel auf Kreis und Seitenteil markieren und vor dem Nähen aufeinanderstecken