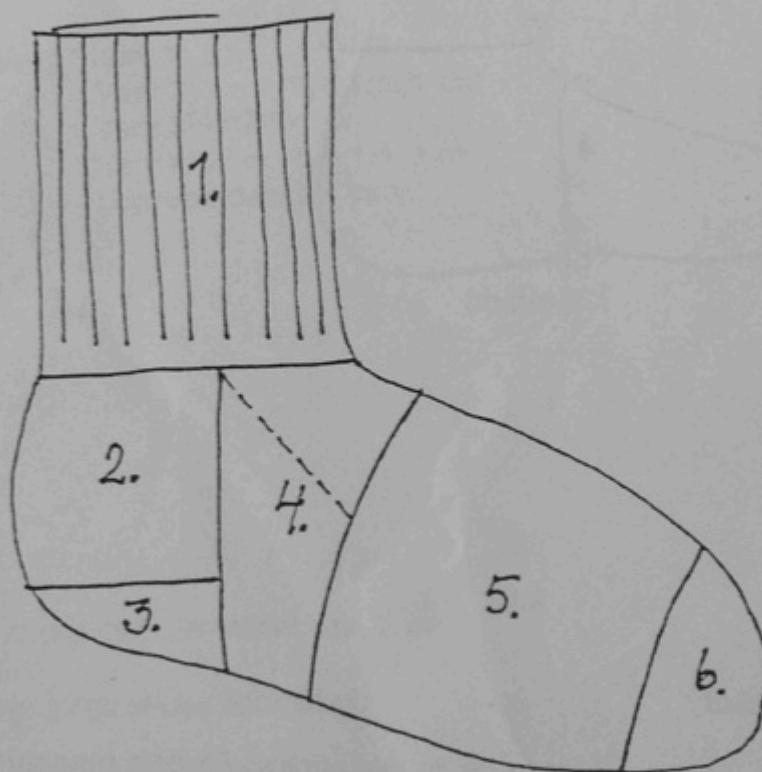


SOCKOR

KÄLLOR: Bonniers stora bok om handarbete, Bonniers, 1980
Fredricson, Handarbetsboken, Wezäta, 1952
Natter, Stickboken, ICA, 1985
Schachenmayr, Stora stick-och virkboken, Walter Ekstrand bokförlag, 1968



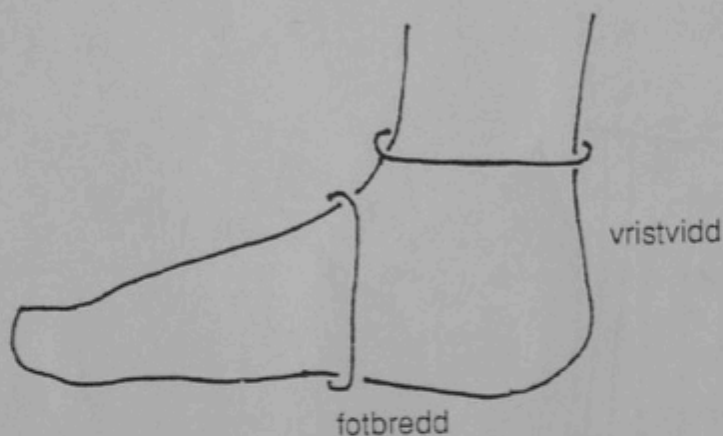
1. Ben
2. Hällapp
3. Hälkil
4. Vristkil
5. Mellanfot
6. Tå

BERÄKNING AV ANTAL MASKOR I UPPLÄGGNINGEN

Mät vristvidd (runt vristen) och fotbredd (runt fotens bredaste del). Dessa mått är i regel samma, om inte, beräkna ett medeltal.

Gör ett stickfasthetsprov och räkna fram antal maskor. Sträck stickfasthetsprovet något när maskorna räknas.

Om man stickar resår, 2r 2a, måste maskantalet vara jämnt delbart med 4.

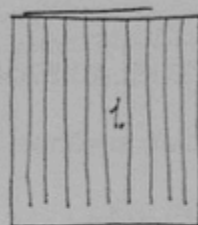


UPPLÄGGNING

- * Stickor: 5 strumpstickor
- * Uppläggning: Lägg upp antal maskor på dubbla stickor. Fördela maskorna på fyra stickor och sticka runt.
- * Varven börjar och slutar mitt bak.

1. BEN

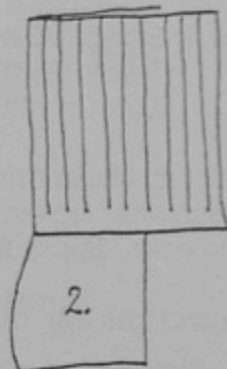
- * Sticka resår till önskad längd.
- * Sticka 2 varv slätstickning.



2. HÄLLAPP

- * Till hälen används hälften av maskantalet.
- * Hälen stickas på sticka 1 och 4.
- * Sticka slätstickning fram och tillbaka.
- * Hällappens längd: 2-4 varv mindre än hälsens maskantal.
- * Sluta vid hälsens mitt.

- * Förstärk ev hälen. * Varv 1: am
Varv 2: 1 rm, *lyft 1m, 1 rm*
Varv 3: am
Varv 4: 2 rm, *lyft 1m, 1 rm*
Upprepa dessa 4 varv.

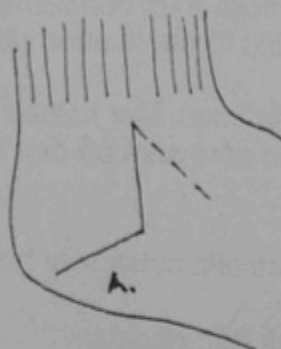
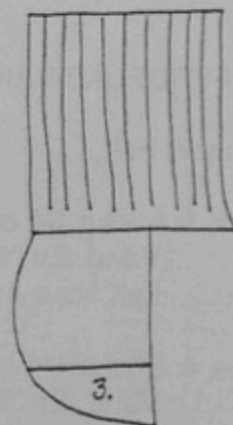


3. HÄLKIL

Alt. A. KILHÄL

- * Börja mitt bak.
- * Sticka 1: 2 rm, sticka ihop 2m vridet rätt, 1 rm.
Vänd.
Lyft 1m avigt, sticka stickan ut.
- * Sticka 4: 2 am, sticka ihop 2m avigt, 1 am.
Vänd.
Lyft 1m rätt, sticka stickan ut.
- * Sticka 1: 3 rm, sticka ihop 2m vridet rätt, 1 rm.
Vänd.
Lyft 1m avigt, sticka stickan ut.
- * Sticka 4: 3 am, sticka ihop 2m avigt, 1 am.
Vänd.
Lyft 1m rätt, sticka stickan ut.

- * Fortsätt att sticka fram och tillbaka och sticka 1m mer för varje varv tills alla maskor är stickade. Sluta mitt bak från rätsidan.



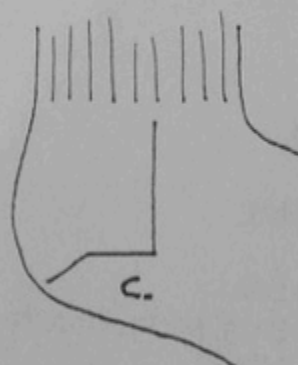
Alt B TREDELAD BANDHÄL (RAK HÄL)

- * Till hälkilen används 1/3 av hållappens maskor.
- * Börja mitt bak.
- * Sticka 1: Sticka 1/3 av stickans maskantal minus 1 maska, sticka ihop 2m vridet rätt.
Vänd. En "lucka" bildas.
Lyft 1m avigt och sticka stickan ut.
- * Sticka 2: Sticka 1/3 av stickans maskantal minus 1 maska, sticka ihop 2m avigt.
Vänd. En "lucka" bildas.
Lyft 1m rätt och sticka stickan ut.
- * Fortsätt att sticka fram och tillbaka och gör hoptagningar genom att sticka ihop maskan före och efter luckan. Vänd efter hoptagningen och lyft alltid första maskan efter vändningen. Sticka till dess alla maskor är hopstickade med hälkilen.
- * Sluta mitt bak från rätsidan.



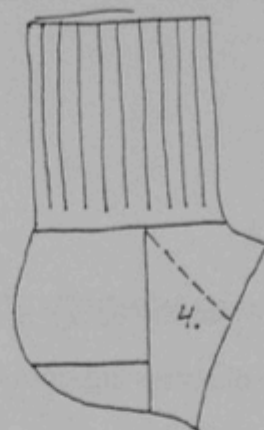
Alt C FYRDELAD BANDHÄL (SNED HÄL)

- * Börja mitt bak.
- * Sticka 1: Sticka 1/4 av stickans maskantal.
Vänd. En "lucka" bildas.
Lyft 1m avigt. Sticka stickan ut.
- * Sticka 4: Sticka 1/4 av stickans maskantal.
Vänd. En "lucka" bildas.
Lyft 1m rät. Sticka stickan ut.
- * Fortsätt att sticka fram och tillbaka genom att sticka fram till "luckan" + 1m efter "luckan".
Vänd. Lyft alltid första m efter vändningen.
- * När mittpartiet innehåller hälften av hållappens maskantal börjar hoptagningen.
Hoptagningen görs som på den raka hälen, dvs sticka ihop 1m före och 1m efter "luckan".
- * Sticka till dess alla maskor är hopstickade med hälkilen.
- * Sluta mitt bak från rätsidan.



4. VRISTKIL

- * Sticka 1: Sticka stickan ut.
Plocka upp maskor utmed hällappens vänstra kant.
Antal maskor = $\frac{\text{hällappens varvantal}}{2}$
- * Sticka 2 och 3: Sticka alla m.
- * Sticka 4: Plocka upp maskor utmed hällappens högra kant.
Antal maskor = $\frac{\text{hällappens varvantal}}{2}$
Sticka stickan ut.

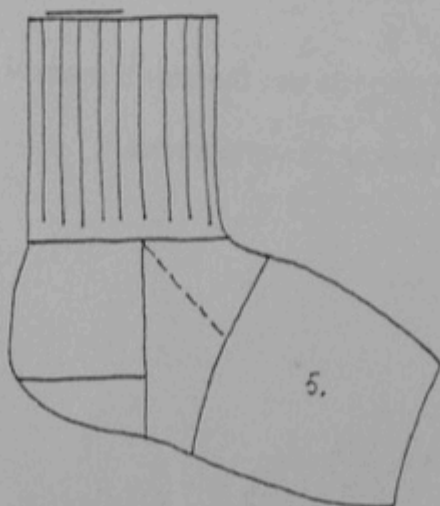


Fortsätt att sticka runt.

- * Varv 1: Sticka alla m.
- * Varv 2: Hoptagning.
 - Sticka 1: Sticka tills 3m återstår, 2rm tills, 1 rm
 - Sticka 2 och 3: Sticka alla m.
 - Sticka 4: 1rm, sticka ihop 2m vridet rätt, sticka stickan ut.
- * Upprepa varv 1 och 2 (minskning på vartannat varv) tills antal maskor är lika många som när hällappen påbörjades.

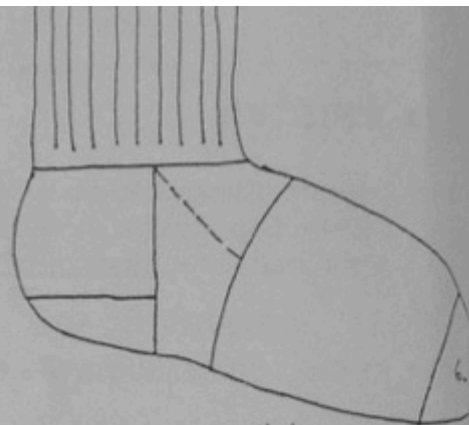
5. MELLANFOT

- * Sticka runt tills ca 5 cm återstår på sockans färdiga längd.



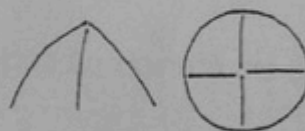
6. TÅ

ALT A. BANDHOPTAGNING



- * Bandhoptagning görs i slutet av 1:a och 3:e stickan och i början av 2:a och 4:e stickan.
- * Sticka 1 och 3: Sticka tills 3m återstår, 2 rm tills, 1 rm.
- * Sticka 2 och 4: 1 rm, sticka ihop 2m vridet rätt, sticka stickan ut.
- * Efter första minskningsvarvet stickas 3 varv utan hoptagning.
- * Efter 2:a och 3:e minskningsvarvet stickas 2 varv utan hoptagning.
- * Efter 4:e, 5:e och 6:e minskningsvarvet stickas 1 varv utan hoptagning.
- * Därefter görs hoptagning varje varv tills 8m återstår.
- * Drag garnet genom maskorna och fäst.

ALT B. STJÄRNFORMIG HOPTAGNING



- * De två sista maskorna på varje sticka stickas ihop rätt.
- * Mellan varje minskningsvarv stickas 1 varv utan hoptagning tills det återstår 5 maskor på varje sticka.
- * Därefter görs hoptagning varje varv tills det återstår 2 maskor på varje sticka.
- * Drag garnet genom maskorna och fäst.

ALT C. RUND HOPTAGNING



- * Hoptagning görs två gånger på varje sticka; mitt på stickan och vid slutet av stickan.
- * Hoptagningsvarv: Sticka på varje sticka halva maskantalet minus 2,
sticka ihop 2m rätt,
Sticka tills 2m återstår,
sticka ihop 2m rätt.
- * Efter varje hoptagningsvarv stickas lika många varv utan hoptagning som antal maskor stickade före hoptagningen på hoptagningsvarvet.
- * Ex. 16m på varje sticka.
Hoptagningsvarv: sticka 6m, sticka ihop 2m,
sticka 6m, sticka ihop 2m.
Sticka 6 varv utan hoptagning - osv.

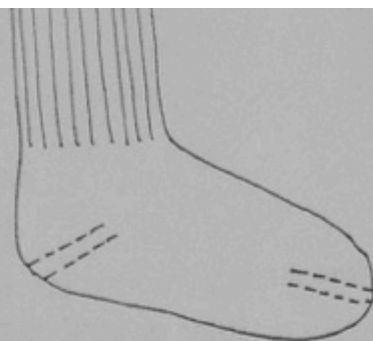
ALT D. FOTFORMAD HOPTAGNING



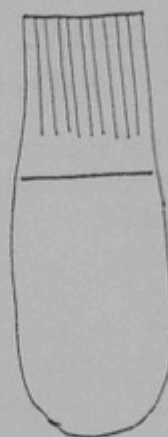
- * Hoptagningarna börjar tidigare i ena sidan.
- * Sticka 1: Sticka tills 3m återstår, 2rm tills, 1rm.
- * Sticka 2: 1rm, sticka ihop 2m vridet rätt, sticka stickan ut.
- * Sticka 3 och 4: Sticka alla m.
- * Mellan varje minskningsvarv stickas 1 varv utan hoptagning tills 1/4 av alla maskor är borta.
- * Därefter görs hoptagningar i båda sidorna.
- * Sticka 3 = sticka 1.
- * Sticka 4 = sticka 2.
- * Gör hoptagningar varje varv tills ca hälften av alla maskor är borta.
- * Sätt de maskor som är kvar på två stickor; sticka 2 och 3 på en sticka och sticka 4 och 1 på en sticka.
Sy ihop maskorna med maskstygn eller vänd sockan och sticka ihop dem två och två.
Fäst trådarna.

Källa: Handarbete 10/91

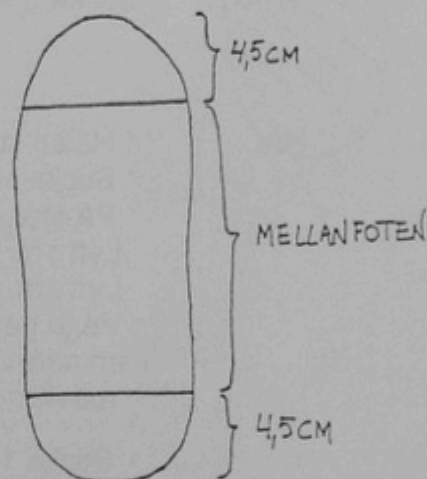
UTBYTBAR HÄL



- BEN: Sticka resår till önskad längd.
- VRIST: Sticka 5 vara slätstickning samt sticka 1, 2 och 3.
- HÄLTRÅD: Sticka 4:e och 1:a stickornas maskor med annat garn (=hältråden), och sticka dem ytterligare en gång, nu med sockgarnet.

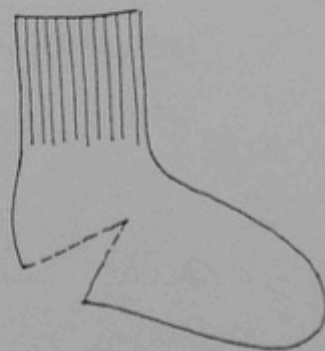


- MELLANFOT: Sticka runt till önskad längd.
Ställ foten på ett papper och rita runt om.
Mät 4,5 cm från tån och drag en linje.
Mät 4,5 cm från hälen och drag en linje.
Avståndet mellan linjerna = mellanfotens längd.



- TÅ: Hoptagning görs i slutet av 1:a och 3:e stickan och i början av 2:a och 4:e stickan.
Sticka 1 och 3: Sticka tills 3 m återstår, 2 rm tills, 1 rm.
Sticka 2 och 4: 1 rm, sticka ihop 2m vridet rätt, sticka stickan ut.
Upprepa hoptagningen vartannat varv tills 3m återstår på varje sticka.
Maska av. Alt 1: Maska av och sy ihop.
 Alt 2: Sticka ihop maskorna från avigan.

- HÄL: Tag bort hältråden och plocka upp maskorna.
Fördela dem på 4 stickor.
Sticka 2 varv slätstickning. Börja på 1:a stickan mitt bak.
Gör hoptagning som för tån.



- KÄLLOR: Land 6/85 (Gödis Lindström, bearbetning)
Sticka sockor, ICA-kuriren, ICA-förlaget.

TIMGLASHÄL

Denna häl stickas med förkortade varv och utan en särskild hällapp. Den är lätt och enkel att göra och lämplig till grova sockor och babysockor där hälformen inte behöver vara så utpräglad.



* BEN: Sticka resår till önskad längd.

* VRIST: Sticka 6 varv slätstickning.

- * HÄL:
- * Hälen stickas på halva maskantalet.
 - * Sticka slätstickning fram och tillbaka på sticka 1 och 4.
 - * På första varvet stickas tills 1m återstår. Vänd.
Lyft 1m. Sticka tills 1m återstår. Vänd.
Lyft 1m. Sticka tills 2m återstår osv.
 - Varje gång man vänder stickar man en maska mindre än föregående varv tills ca 1/3 av hälens maskor återstår.
 - * Sticka 1 varv på alla fyra stickorna. Plocka upp 1m mellan sticka 1 och 2 och 1m mellan sticka 3 och 4.
 - * Sticka åter på sticka 1 och 4 och öka genom att sticka 1m mer vid varje vändning.
Vid sista vändningen stickas de 2 sista maskorna ihop så att man åter har det ursprungliga maskantalet på stickorna.

* MELLANFOT OCH TÅ stickas efter valfri modell.

KÄLLA: Lind, Vibeke, Sticka efter gamla nordiska mönster, ICA 1983.

SPIRALSTICKAD STRUMPA

Sockor stickade i förskjuten resår, spiralstickning, sitter smidigt och får bra passform utan att någon häl stickas.

* Sockorna stickas i valfri längd och ev kan man börja med vanlig resårstickning.

* SPIRALSTICKNING: Maskantalet skall vara jämnt delbart med 6.

Varv 1,2 och 3: 3rm, 3am, osv

Varv 4,5 och 6: 1am, 3rm, 3am, osv

Varv 7,8 och 9: 2am, 3rm, 3am, osv

Fortsätt att förskjuta mönstret 1m vart 4:e varv.

TÅN stickas i slätstickning och med valfri hoptagning.

KÄLLA: Sticka sockor, ICA-kuriren, ICA-förlaget.

