



Scaldamuscoli per Yoga

No. 2003-193-8457

Materiale:

1 gomitolo di Twister Solid, col. 108

Ferri a doppia punta 3 mm

Acquista il filato qui:

<http://shop.hobbii.it/scaldamuscoli-yoga>

Taglia:

28/32 (33/36) 37/40 (41/44) 45/48

Tensione della maglia a coste:

40 maglie 10 cm

30 ferri 10 cm

Schema

Gamba e piede

Avvia 48 (54) 60 (66) 72 maglie con la tecnica di avvio a due ferri e dividi le maglie su 4 ferri
Lavora i giri a punto coste *1 dir, 1 rov*.

Lavora fino a raggiungere 26 (28) 34 (36) 38 cm).

Intrecciare 24 (27) 30 (33) 36 maglie a punto coste. Lavora a coste il resto delle maglie.
Sulle maglie intrecciate lavora 24 (27) 30 (33) 36 maglie usando la tecnica di avvio.
Continua a punto coste come in precedenza.

Lavora fino a raggiungere (7 (8) 9 (11) 12 cm) (o fino a quando pensi che lo scaldamuscoli abbia la giusta lunghezza. È importante che le dita dei piedi e dell'avampiede non siano coperte dalla calza, quindi hai una presa salda sulle fondamenta, quando fai yoga).

Intreccia e chiudi a punto coste.

Lavora un altro scaldamuscoli.

Buon sferruzzamento!

#hobbiidesign

#hobbiiyogalegwarmer