



# BABYSOCKEN STRICKEN

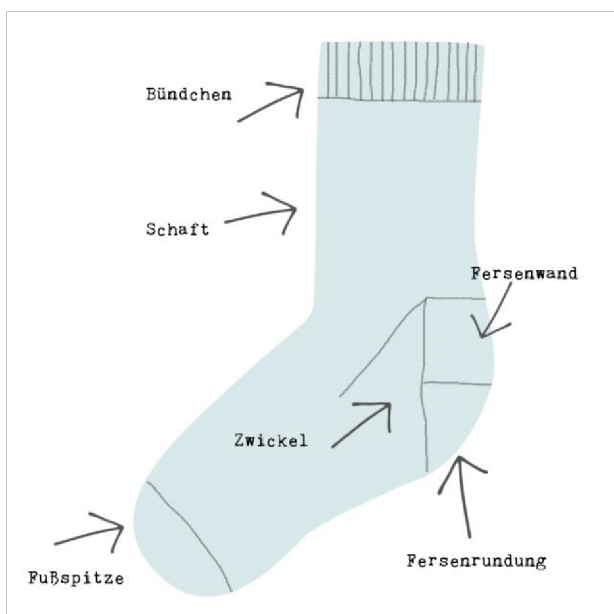
für Schwangere mit der Jugend für das Leben Deutschland

#WelcomeBabySocks auf Instagram

Diese Anleitung enthält sowohl eine **ausführliche Anleitung** zum Stricken von Babysocken als auch eine **Kurzversion** für die, die bereits vertraut sind mit dem Stricken von Socken. Schau dir auch gern unser **Videotutorial** zu dieser Anleitung an, wenn du irgendwo nicht weiterkommst: [https://youtu.be/i\\_HQCs6ZJXU](https://youtu.be/i_HQCs6ZJXU)

## AUSFÜHRLICHE ANLEITUNG

Wir stricken unsere Babysocken von oben, also vom Bündchen, nach unten, bis zur Fußspitze. Dazu benutzen wir ein Nadelspiel. Bei uns wird der ganze Schaft als Bündchen gestrickt.



## BÜNDCHEN

Schlage 32 Maschen verteilt auf vier Nadeln an; also pro Nadel 8 Maschen. Schließe die Runde und stricke das Bündchenmuster (2 Maschen rechts, zwei Maschen links) für ca. 7 cm.

## Was du brauchst

- Nadelspiel 2,5 mm
- Ca. 15g Sockenwolle deiner Wahl (z.B. My first Regia von Schachenmayr oder Sockenwollreste)
- Schere
- Nähnaedel
- Maßband oder Lineal

## Maße

Schuh-/Sockengröße:  
13-14 (0 bis 3 Monate)

Fußlänge: ca. 9 cm

## FERSE

### ***Nun stricken wir die Fersenwand***

Nun strickst du nur noch mit der Hälfte der Nadeln. Stricke die ersten 8 Maschen rechts (Nadel 1). Nun wechselst du die Nadel nicht, sondern strickst die nächsten 8 Maschen (Nadel 2) auf dieselbe Nadel. Das ist die erste Reihe der Fersenwand.

Drehe deine Arbeit, sodass du die linken Maschen siehst. Hebe die erste Masche (von den nun 16 Maschen) ab und stricke die restlichen 15 Maschen links.

Drehe deine Arbeit, sodass du nun die rechten Maschen sehen kannst. Hebe die erste Masche ab und stricke die restlichen 15 Maschen rechts.

Das machst du nun bis du insgesamt 14 Reihen gestrickt hast.

### ***Nun stricken wir die Fersenrundung***

Du hast die rechten Maschen vor dir. Stricke 11 Maschen rechts, hebe zwei Maschen nacheinander wie zum rechts stricken auf die Nadel und stricke sie verschränkt (hinten in die Masche einstechen) zusammen.

Drehe deine Arbeit, sodass du nun die linken Maschen vor dir siehst.

Hebe die 1. Masche auf die Nadel. Dann stricke 6 Maschen links. Nun stricke 2 Maschen links zusammen.

Drehe deine Arbeit. Hebe eine Masche auf die Nadel, stricke 6 Maschen rechts. Hebe 2 Maschen nacheinander wie zum rechts stricken auf die Nadel und stricke sie verschränkt zusammen.

Drehe deine Arbeit, sodass du nun die linken Maschen vor dir siehst.

Hebe die 1. Masche auf die Nadel. Dann stricke 6 Maschen links. Nun stricke 2 Maschen links zusammen.

Mach so lange so weiter bis du nur noch 8 Maschen auf der Nadel hast.

### ***Nun stricken wir den Zwickel***

Du hast nun die rechten Maschen, also die Vorderseite vor dir.

Stricke die 8 Maschen rechts ab. Mit der Nadel auf der nun die Maschen der Fersenrundung sind strickst du aus der Seite der Fersenwand 8 Maschen heraus. Weil du zu Beginn jeder Reihe eine Masche abgehoben hast, kannst du gut erkennen, wo du sie rausstricken kannst. Mit einer leeren Nadel strickst du nun die zwei Nadeln ab, die wir bisher ignoriert haben.

Mit einer leeren Nadel strickst du nun auf der anderen Seite der Fersenwand 8 Maschen heraus. Mit derselben Nadel strickst du nun 4 Maschen von der nächsten Nadel ab.

**Tip:** Wenn du Anfänger bist, nimm besser Holzadeln, dann rutschen dir die Maschen nicht so leicht von der Nadel.

Ein Nadelspiel hat fünf Nadeln. Eine Nadel davon ist die Arbeitsnadel. D.h. deine Maschen liegen auf den vier anderen Nadeln. In dem Videotutorial zeige ich dir, wie du die Nadeln richtig zählst. So weißt du immer, wo du gerade bist.

Nun sind die Maschen so verteilt, dass du die Mitte der Ferse gut sehen kannst. Du hast jetzt insgesamt 40 Maschen auf den Nadeln. Davon sind 16 Maschen vom Oberfuß und 24 Maschen vom Unterfuß. Jetzt wollen wir wieder auf 32 Maschen kommen, damit die Socke nicht zu groß wird.

### **Setup-Runde**

Du strickst 4 Maschen rechts. Die folgenden 8 Maschen strickst du rechts verschränkt (also nicht vorne von links nach rechts einstechen, sondern hinten von rechts nach links einstechen).

Die nächsten zwei Nadeln strickst du rechts.

Auf der letzten Nadel strickst die ersten 8 Maschen rechts verschränkt und die nächsten 4 Maschen normal rechts.

Jetzt liegen alle Maschen wie sie sollen und nun reduzieren wir die Maschenzahl.

Auf der ersten Nadel strickst du bis nur noch 3 Maschen übrig sind. Dann strickst du zwei Maschen zusammen. Die letzte Masche rechts stricken.

Die nächsten zwei Nadeln rechts stricken.

Die erste Masche der nächsten (vierten) Nadel strickst du rechts, dann zwei rechts zusammen. Den Rest der Nadel rechts stricken.

Nun hast du zwei Maschen weniger auf den Nadeln, also insgesamt 38.

Nun eine ganze Runde nur rechts stricken (ohne Abnahmen).

Diese zwei Runden wiederholst du nun, bis du 8 Maschen auf jeder Nadel hast.

### **FUß**

Nun strickst du den Fuß glatt rechts (also nur rechte Maschen) bis er inklusive Ferse ca. 7 cm lang ist.

### **Nun stricken wir die Fußspitze**

Stricke bis zu den letzten 3 Maschen der ersten Nadel. Stricke zwei Maschen rechts zusammen, die letzte Masche rechts stricken.

Auf der nächsten Nadel strickst du 1 Masche rechts, dann zwei rechts zusammen, den Rest der Nadel rechts stricken.

Auf der nächsten Nadel bis zu den letzten 3 Maschen stricken. 2 Maschen rechts zusammen stricken, 1 Masche rechts stricken.



Du kannst die Ferse und die Fußspitze in einer Kontrastfarbe stricken. Dann sieht es besonders schön aus.



Wenn du selbstmusternde Wolle nimmst, sieht es mit Kontrastwolle besser aus, da der Verlauf des Musters durch die Ferse nicht unterbrochen wird.



Auf der letzten Nadel die 1. Masche rechts stricken, dann zwei rechts zusammen stricken. Den Rest der Maschen rechts stricken.

Nun strickst du eine ganze Runde nur rechte Maschen ohne Abnahmen.

Diese zwei Runden wiederholst du so lange, bis du auf jeder Nadel nur 5 Maschen hast. Dann strickst du in jeder Runde die Abnahmen bis auf jeder Nadel nur noch 2 Maschen sind.

Schneide den Faden ab, dass du ungefähr noch 20 cm übrig hast. Nimm eine Nähnaedel, fädle den Restfaden durch und führe die Nadel durch die restlichen 8 Maschen. Du kannst die Stricknadeln dabei entfernen.

Faden durchziehen und vernähen. Fertig!

Jetzt brauchst du natürlich noch eine zweite Socke, die du genauso strickst 😊

## KURZVERSION DER ANLEITUNG

### BÜNDCHEN

32 M anschl.

\*2re,2li\* stricken für ca. 7 cm

### FERSE

Reihe 1: 16M re, Arbeit wenden

Reihe 2: 1M abh, 15M li, Arbeit wenden

Reihe 3: 1M abh, 15M re, Arbeit wenden

Reihe 4: 1M abh, 15M li, Arbeit wenden

Nun Reihe 3 und 4 fünfmal wiederholen, sodass 14 Reihen insgesamt gestrickt wurden.

### *Fersenrundung*

Reihe 1: 11M re stricken, 2M abh und verschränkt zus, Arbeit wenden.

Reihe 2: 1M abheben, 6M li, 2M li zus, Arbeit wenden.

Reihe 3: 1M abheben, 6M re, 2M abh und verschränkt zus, Arbeit wenden.

Reihe 4: 1M abheben, 6M li, 2M li zus, Arbeit wenden.

Reihe 3 und 4 noch zweimal wiederholen.

## Erklärungen

### Verschränkt zusammen stricken

Es werden nacheinander zwei Maschen rechts abgehoben, dann werden die beiden Maschen durch das hinten liegende Maschenglied (verschränkt) zusammengestrickt.

## Abkürzungen

1M = Eine Masche

Abh = abheben

M = Masche/n

li = links stricken

R = Reihen

re = rechts stricken

Rn = Runden

Zus = zusammenstricken

## **Zwickel**

Nun aus der Fersenwand auf der linken und rechten Seite jeweils 8M herausstricken. Maschen gleichmäßig verteilen (also 4 M von Nadel 1 auf Nadel 4 heben).

Runde 1: 4M re, 8M re verschränkt, 16m re, 8M re verschränkt, restliche 4M re stricken

*Nun haben wir 16M des Oberfußes und 24M der Fußsohle.*

Runde 2: Re stricken bis 3M vor Oberfußmaschen, 2M re zus, 1M re stricken, 16M (Oberfuß) re, 1M re , 2M abh und verschränkt zus, restliche M re

Runde 3: re

Runde 2 und 3 noch dreimal wiederholen.

*Nun haben wir wieder insgesamt 32M.*

## **FUSS**

Re stricken bis der Fuß inkl. Ferse ca. 7cm lang ist.

## **Fußspitze**

### **Runde 1:**

*1. Nadel*

re bis 3 M der 1. Nadel übrig sind, 2M zus, 1M re

*2. Nadel*

1M re, 2M abh. und verschr zus, restl. M der 2. Nadel re

*3. Nadel*

Re bis 3 M der 3. Nadel übrig sind, 2M zus, 1 M re

*4. Nadel*

1M re, 2M re zus, restl. M der 4. Nadel re

### **Runde 2:**

Alle Nadeln rechts stricken.

Runde 1 und 2 noch zweimal wiederholen.

*Nun haben wir insgesamt 20M.*

Nun ausschließlich Runde 1 dreimal wiederholen bis nur noch 8M übrig sind.

Faden abschneiden, auf eine Nadel fädeln und die die 8m ziehen und Faden vernähen. Und nun eine zweite Socke genauso stricken 😊

## **Abkürzungen**

1M = Eine Masche

Abh = abheben

M = Masche/n

li = links stricken

R = Reihen

re = rechts stricken

Rn = Runden

Zus = zusammenstricken

## **Zeig deine Socken auf Instagram:**

Poste ein Foto von deinen Socken auf Instagram mit den hashtags:

#jfdl

#welcomebabysocks

## **Schicke deine Socken an:**

**Aktion Lebensrecht für Alle e. V.  
Kitzenmarkt 20  
86150 Augsburg  
Deutschland**

