

**MY  
PERFECT  
WEEKEND**

*loslassen  
& loslegen*

CAROLIN  
SCHWARBERG

# Cozy knitting

**GU**

**STRICKEN FÜR  
KALTE TAGE**

# All of me loves

...

VORWORT <b>PAGE 8</b>
THEORY <b>PAGE 10</b>
PROJECTS <b>PAGE 18</b>
BASICS <b>PAGE 122</b>

CHECKED HOTTIE COVER  
+  
GOLDENE MILCH  
**PAGE 64**

KUSCHELIGES ALPAKA-PLAID  
+  
BERRY PORRIDGE  
**PAGE 20**

EASY RELAXING  
YOGAKISSEN  
+  
MEDITATION IM SITZEN  
**PAGE 32**



ZARTROSA  
KIMONO- PULLUNDER  
+  
AUSMAL- MANDALA  
**PAGE 100**

SEASIDE-OUT-  
DOOR-PULLOVER  
+  
GEDANKENREISE  
**PAGE 76**

STRIPED  
SOFA CUSHION  
+  
CHOCOLATE CAKE  
**PAGE 50**

BOYFRIEND-LOOP  
+  
DAYDREAM  
**PAGE 108**

GREY & WHITE STRIPES  
+  
GARUDA-MUDRA  
**PAGE 82**



INHALT

SUNSHINE-CARDIGAN  
+  
KÜRBISSUPPE  
**PAGE 114**

BREEZY  
MOHAIR-PULLOVER  
+  
NATURAL EYE BALM  
**PAGE 56**

OFF-WHITE SLIPOVER  
+  
WHITE TRUFFLES  
**PAGE 38**

CARESSING  
HEADBAND  
+  
DRY SHAMPOO  
**PAGE 94**



CASUAL RIBBED HAT  
+  
WEEKEND-RELAX-MIX  
**PAGE 44**

XXL-PATENTSCHAL  
+  
MOISTURIZING BALM  
**PAGE 26**

FLUFFY  
FINGERLESS GLOVES  
+  
SHEA WHIPPED  
BUTTER  
**PAGE 70**

DEEP BLUE  
ALLROUNDER  
+  
BLAUBEER-SMOOTHIE  
**PAGE 88**



## DIE GU-QUALITÄTS- GARANTIE

Wir möchten Ihnen mit den Informationen und Anregungen in diesem Buch das Leben erleichtern und Sie inspirieren, Neues auszuprobieren. Bei jedem unserer Produkte achten wir auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt, Optik und Ausstattung. Alle Informationen werden von unseren Autoren und unserer Fachredaktion sorgfältig ausgewählt und mehrfach geprüft. Deshalb bieten wir Ihnen eine 100%ige Qualitätsgarantie.

### Darauf können Sie sich verlassen:

Wir legen Wert darauf, dass unsere Kreativ-Ratgeber fachlich fundiert und inspirierend zugleich sind. Wir garantieren, dass:

- alle Anleitungen und Tipps in der Praxis geprüft und
- durch klar verständliche Texte und Illustrationen einfach umsetzbar sind.

### Wir möchten für Sie immer besser werden:

Sollten wir mit diesem Buch Ihre Erwartungen nicht erfüllen, lassen Sie es uns bitte wissen! Wir tauschen Ihr Buch jederzeit gegen ein gleichwertiges zum gleichen oder ähnlichen Thema um. Nehmen Sie einfach Kontakt zu unserem Leserservice auf. Die Kontaktdaten unseres Leserservice finden Sie am Ende dieses Buches.

GRÄFE UND UNZER VERLAG

*Der erste Ratgeberverlag – seit 1722.*

HA

REGISTER **PAGE 140**  
SERVICE **PAGE 142**  
IMPRESSUM **PAGE 144**

# What you need

## 1 MASSBAND

Das Maßband brauchst du zum Nachmessen deiner Maschenprobe und zum Überprüfen der Schnittmaße.

## 2 NADELSPIEL

Ideal für das Stricken in Runden bei nur kleinen Projekten oder um Zunahmen im Überblick zu behalten.

## 3 RUNDSTRICKNADELN

Sie eignen sich nicht nur zum Rundstricken, sondern sind auch prima beim Stricken in Reihen.

## 4 HÄKELNADEL

Damit kannst du Strickkanten als Abschluss behäkeln oder aber verlorene Maschen wieder auffangen.

## 5 SPITZE WOLLNADEL

Mit ihr vernähst du zum Schluss die Fäden.

## 6 STUMPFE WOLLNADEL

Damit lassen sich einzelne Teile perfekt verbinden.

## 7 SCHERE

Eine kleine Schere gehört zum Handarbeiten dazu.

## 8 NADELMASS

Wenn auf den Stricknadeln keine Nadelstärke (mehr) steht, hilft dir das Nadelmaß weiter.

## 9 SICHERHEITSNADEL

Auf einer großen Sicherheitsnadel lassen sich Maschen parken, wenn du sie gerade nicht brauchst.

## 10 MASCHENMARKIERER

Beim Stricken in Runden markierst du so den Anfang.

10

4

9

# Good to know

## CHOOSE YOUR NEEDLES

Ob Metall, Plastik, Acryl, Bambus oder Holz – Stricknadeln gibt es in den unterschiedlichsten Materialien und Qualitäten. Am besten nimmst du sie alle einmal in die Hand und entscheidest, welches Material dir am angenehmsten ist. Rundstricknadeln leisten übrigens nicht nur beim Rundstricken, sondern auch beim Stricken in Reihen gute Dienste. Großer Vorteil: Bei großen Arbeiten liegt das Strickstück im Schoß, und die Handgelenke sind entlastet. Außerdem kannst du dein Strickprojekt für unterwegs ganz easy einpacken und die Maschen können nicht herunterfallen.

## SPITZ ODER STUMPF

Zum Vernähen der Fäden empfehle ich eine spitze Wollnadel, da du damit in die Fäden des gestrickten Teils einstechen kannst und der Faden dann dort gehalten wird. Zum Zusammennähen der Strickeile dagegen ist eine stumpfe Wollnadel ideal, da du damit nicht in den Faden einstichst. Der Nähfaden lässt sich dann gut durch das gestrickte Teil durchziehen.

## GU-LOOP FÜR ALLE FÄLLE

Der GU-Loop ist superpraktisch und ein richtiges Multitalent. Benutze ihn als Lesezeichen, um dein Lieblingsprojekt immer griffbereit zu haben. Mit dem elastischen Gummi-Loop kannst du Wollbänderolen, Nadeln und Notizen ganz easy sichern. So verlierst du garantiert nie den Überblick!

7

5

6

2

3

8

1





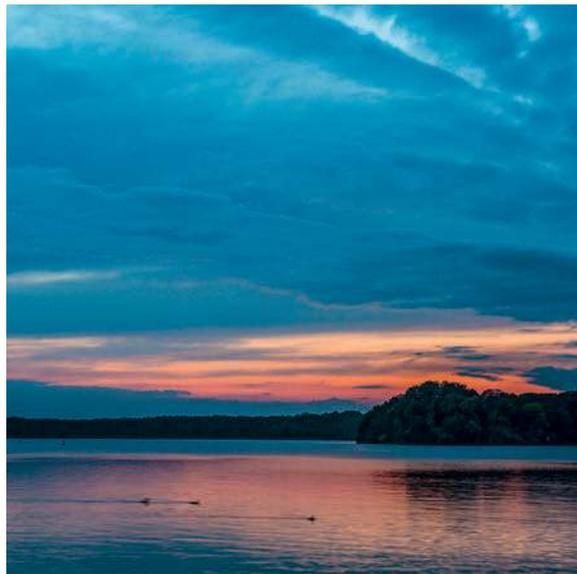
**YEAH!  
IT'S TIME  
TO START.**

*acts*





Deep blue  
Allrounder  
+ Blaubeer-Smoothie



DREAMS ARE MADE OF BLUE: DER DUNKELBLAUE VERWANDLUNGS-  
KÜNSTLER LÄSST SICH AUF GANZ UNTERSCHIEDLICHE WEISE  
TRAGEN: MAL OFFEN, MAL GESCHLOSSEN, MIT GÜRTEL ODER SOGAR  
UPSIDE DOWN, WODURCH DIE WESTE EINEN ÜPPIGEN SCHALKRAGEN  
BEKOMMT. ON TOP IST DER FLAUSCHIG WEICHE TRAUM IN BLAU  
AUCH NOCH WUNDERBAR WARM. FARBLICH PASSEND DAZU GIBT'S  
EINEN LECKEREN BLAUBEER-SMOOTHIE ALS VITAMINKICK!



# Deep blue Allrounder

## WHAT YOU NEED

Merino-Alpaka-Mohair-Garn (55 % Merinowolle, 25 % Alpaka, 20 % Mohair, Lauflänge 120 m/50 g), 800 g in Dunkelblau: Colmo von Lana Grossa | Stricknadeln Nr. 12 bei lockerer bzw. Nr. 15 bei fester Strickweise | spitze Wollnadel

### FERTIGE GRÖSSE

Einheitsgröße

### MASCHENPROBE

Kraus rechts, doppelfädig, Nadeln Nr. 12/15:  
8 M × 12 R = 10 × 10 cm

### MAKING OF

Der tiefblaue Allrounder wird mit doppeltem Faden und in einem Stück gestrickt. Du beginnst mit dem linken Vorderteil und arbeitest dich dann in horizontaler Richtung über das Rückenteil zum rechten Vorderteil voran. Dabei strickst du ausschließlich rechte Maschen in Reihen (*kraus rechts*). Für die Randmaschen die 1. Masche der Reihe rechts abheben, die letzte rechts stricken. Um weniger Fäden vernähen zu müssen, kannst du beim Garnwechsel den neuen Faden an den alten nähen (► Seite 17).

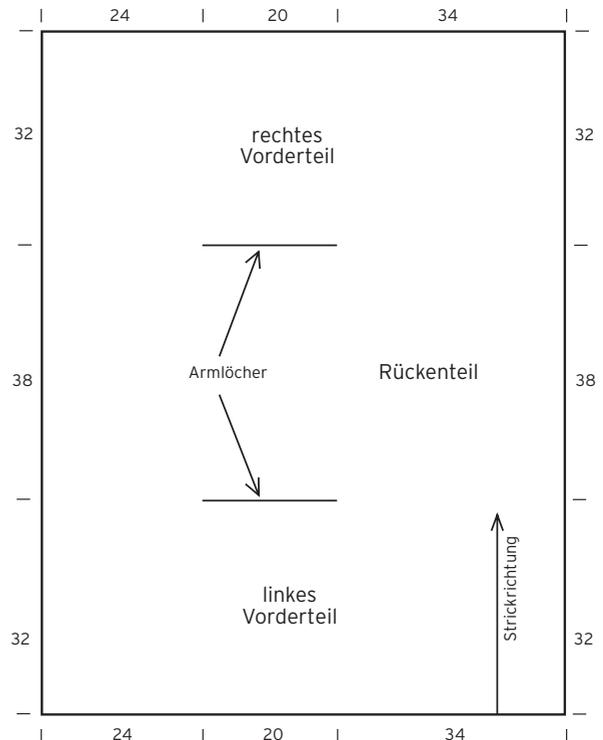
### 1 HOW TO START

Schlage mit doppeltem Faden 63 Maschen an.

### 2 EASY-GOING

Weiter geht's kraus rechts. Nach 32 cm ab Anschlag strickst du für den *linken Armausschnitt* wie folgt: \*Auf der Vorderseite 27 Maschen stricken, dann 16 Maschen abketten und die Reihe beenden. In der folgenden Reihe die 16 Maschen dann wieder neu anschlagen und die Reihe beenden.\* Nach 38 cm ab dem linken Armausschnitt wiederholst du die Sequenz (\*) für den *rechten Armausschnitt*. 32 cm ab dem rechten Armausschnitt alle Maschen abketten und sämtliche Fadenreste vernähen – jetzt endlich kannst du deinen Verwandlungskünstler testen!

### SCHNITTSKIZZE



# Blaubeer- Smoothie

## ZUTATEN FÜR 4 GLÄSER

100 g Blaubeeren | 80 g Schwarze Johannisbeeren |  
100 g TK-Rote-Johannisbeeren | 140 g TK-Himbeeren |  
60 g Haferflocken | 120 g Cashewkerne |  
4 EL geschrotete Hanfsamen | 4 EL Ahornsirup |  
600 ml Mandeldrink

### ZUBEREITUNG

10 Min.

geben und alles in 2–3 Minuten cremig mixen. Cheers!

**1** Für einen erfrischenden Smoothie passend zur Farbe deiner Weste wäschst du die Blaubeeren und Schwarzen Johannisbeeren und zupfst Letztere von den Rispen. Dann gibst du die frischen und die tiefgekühlten Beeren gemeinsam in den Standmixer.

**2** Füge nun noch die Haferflocken, Cashewkerne, Hanfsamen und den Ahornsirup hinzu. Zuletzt den Mandeldrink dazu-

*Tipps!*

### FRÜHSTARTER

Der fruchtig-frische Blaubeer-Smoothie ist eine vollwertige Alternative zum Frühstück und lässt sich prima am vorherigen Abend vorbereiten. Für noch mehr Abwechslung kannst du durch verschiedene Variationen von Beeren sorgen. Probier's einfach aus, je nachdem, worauf du gerade Lust hast!





# Time to get cozy

## LOSLASSEN

Welcome to your wooly weekend!  
Endlich Zeit für dich, endlich Zeit fürs  
**Kreativsein & Entspannen!** Mit easy  
Strickanleitungen, Souffood-Rezepten zum  
Genießen, Musikinspirationen und Relax-  
Übungen wird dein kreatives Wochenende  
zur **absoluten Wohlfühlzeit!**

## LOSLEGEN

Diese **16 Strickprojekte** machen dein  
Zuhause und dein Outfit richtig cozy!  
Unkomplizierte Schnitte, flauschige Garne,  
einfache Anleitungen: So entstehen im  
Handumdrehen selbstgemachte Lieblings-  
stücke. Ob kuscheliges Plaid, oversized  
Mohair-Pulli oder stylische Mütze: Hier  
werden Wollträume wahr.  
**Welcome to the cozy side of life!**

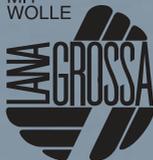
WG 412 Hobby  
ISBN 978-3-8338-6238-0



9 783833 862380

[www.gu.de](http://www.gu.de)

MODE  
MIT  
WOLLE



G|U