

Yoga-Matte



Material:

- Baumwollstoff: 1x ca. 1.65 x 1.35 m
- Gleitschutz: 1x ca. 1.55 x 0.55 m
- Schaumstoff: 1x ca. 1.60 x 0.60 m
- Faden

Nähanleitung:

- Schritt 1: Alle Teile zuschneiden (beim Stoff sind ca. 1.5 cm Nahtzugabe gerechnet)
- Schritt 2: Auf einer Seite des Baumwollstoffes den Gleitschutz einmitten, feststecken und dann mit Zick-Zack annähen (benutzt ein Teflonfuss)
- Schritt 3: Stoff rechte Seite auf rechte Seite zusammensteppen (ein Stück offen lassen zum Wenden und Einstecken des Schaumstoffes)
- Schritt 4: Stoff auf rechte Seite wenden und Ecken schön nach aussen schieben
- Schritt 5: Schaumstoff reinstecken und dann das offene Stück von Hand zunähen
- Schritt 6: rundherum ca. 3 cm tief absteppen



Fertig und Namasté 😊

Wir empfehlen als Stoff die Eigenproduktion der Stoffzentrale mit dem Symbol der „Blume des Lebens“. Erhältlich in allen Filialen und im Online-Shop auf www.stoffzentrale.ch