



ZÁKLADNÝ NÁVOD NA PONOŽKY

#klbkoshopa

Tento návod slúži na základný výpočet pre pletenie ponožiek na priemerné veľkosti chodidiel. Ponožky sa pletú tesnejšie, ako je reálny obvod nohy, pretože sa nosením natiahnu. Počet očiek, ktorý nahodíte na ponožku by sa mal odvíjať aj od toho, či pletiete voľnejšie alebo tesnejšie. Ak pletiete voľnejšie, nahod'te radšej menej očiek ako keď pletiete tesnejšie.

Priadzu hrúbky fingering (okolo 400m/100g) sa zvyčajne pletú na 2.5 mm ihliciach, hrúbka DK (okolo 300m/100g) sa pletú na 3 mm ihliciach a hrúbka worsted (okolo 200m/100g) na 4 mm ihliciach.

Skôr ako začnete

- **Druh priadze:** Ponožky si môžete uplietť z akejkoľvek priadze, ale keď sa z nich chcete tešiť čo najdlhšie a prípadne ich nosiť aj do topánok, zvážte použitie ponožkovej priadze, ktorá obsahuje trochu nylonu či aspoň žihľavového vlákna. Ideálna priadza na ponožky nie je úplne jemná. Ponožkovky obsahujúce kašmír či alpaku sú príjemné na nosenie, ale rýchlejšie sa zoderú, ako ponožkové priadze z poctivej a možno aj trochu pichľavej vlny.
- **Spotreba:** Na ponožky potrebujete do 100 g tenšej priadze alebo 150 g priadze hrúbky worsted (na pánske ponožky). Kotníkové ponožky do veľkosti 38 sa dajú uplietť z 50 g priadze hrúbky fingering.
- **Spôsob nahodenia očiek** ovplyvňuje komfort obliekania ponožiek. Na ponožky sa hodí klasická dlhochvostíková metóda alebo dutinkové nahodenie očiek.
- Tento návod slúži na základný výpočet. Ak si chcete uplietť ponožky s osmičkovým vzorom, alebo dokonca vypletať viacfarebné vzory, rátajte s tesnejšou skúškou očiek.

Koľko očiek nahodiť?

Veľkosť	Fingering 30 - 32 očiek 2 - 2.75 mm ihlice	DK 22 - 24 očiek 3 - 4 mm ihlice	Worsted 20 - 22 očiek 4 - 5 mm ihlice
Bábätko	40 očiek	28 očiek	24 očiek
22/23	44 očiek	32 očiek	28 očiek
24/25	48 očiek	36 očiek	32 očiek
26/27	48 očiek	36 očiek	32 očiek
28/29	52 očiek	40 očiek	32 očiek
30/31	52 očiek	40 očiek	32 očiek
32/33	56 očiek	44 očiek	36 očiek
34/35	56 očiek	44 očiek	36 očiek
36/37	60 očiek	48 očiek	40 očiek
38/39	60 očiek	48 očiek	40 očiek
40/41	64 očiek	52 očiek	44 očiek
42/43	64 očiek	52 očiek	44 očiek
44/45	68 očiek	56 očiek	48 očiek
46/47	72 očiek	60 očiek	48 očiek
48/49	72 očiek	60 očiek	48 očiek
50/51	76 očiek	64 očiek	52 očiek

Postup

1. V tabuľke si podľa zvolenej hrúbky priadze nájdite počet očiek pre veľkosť ponožiek, ktorú chcete pliesť.

Dlhochvostíkovou metódou alebo dutinkovým nahodením neberte potrebný počet očiek. Spojte očka do kruhu a plette 2,5 až 7 cm patentu. Pokračujte v pletení do kruhu v hladkom džerzeji alebo vo vybranom vzore:

- detské veľkosti: 8 až 10 cm,
- dámske veľkosti: 12 až 15 cm,
- pánske veľkosti: 18 až 21 cm.

Hornú časť ponožky môžete upliesť aj dlhšiu, ale počítajte s vyššou spotrebou priadze.

2. Pokračujte v pletení päty. Bumerangová päta (pozrite si video) sa pletie na polovičnom počte očiek ponožky. Ak ste nahodili napríklad 64 očiek, pätu budete pliesť na 32 očkách. Päta sa pletie pomocou skrátených riadkov, zvyčajne cez nemecké skrátené riadky, môžete si ale vybrať aj iný spôsob.

V tabuľke sa nachádzajú tri čísla: prvé a posledné číslo označuje počet zdvojených očiek. Prostredné číslo označuje strednú časť päty, v ktorej sa už riadky neskracujú.

Prvý riadok označuje očka päty keď pletiete z priadze hrúbky fingering, druhý riadok označuje hrúbku DK a tretí riadok zas hrúbku worsted.

Bábo	22/23	24/25	26/27	28/29	30/31	32/33	34/35	36/37	38/39	40/41	42/43	44/45	46/47	48/49	50/51
6/8/6	7/8/7	8/8/8	8/8/8	8/10/8	8/10/8	9/10/9	9/10/9	10/10/10	10/10/10	10/12/10	10/12/10	11/12/11	12/12/12	12/12/12	13/12/13
5/6/5	5/6/5	6/6/6	6/6/6	6/8/6	6/8/6	7/8/7	7/8/7	8/8/8	8/8/8	8/10/8	8/10/8	9/10/9	9/10/9	10/10/10	10/10/10
4/6/4	4/6/4	5/6/5	5/6/5	6/6/6	6/6/6	6/8/6	6/8/6	7/8/7	7/8/7	8/8/8	8/8/8	8/10/8	8/10/8	9/10/9	9/10/9

Prvá polovica päty | Zvonku dovnútra | Nemecké skrátené riadky

- 1. riadok (líc):** Pleťte hladko všetky pätové očka. Otočte prácu.
- 2. riadok (rub):** Zdvojte očko (môžete si ho označiť označovačom) a pleťte všetky ostávajúce očka obrátene. Otočte prácu.
- 3. riadok (líc):** Zdvojte očko (môžete si ho označiť označovačom) a pleťte očka hladko po zdvojené očko (označovač). Otočte prácu
- 4. riadok (rub):** Zdvojte očko (môžete si ho označiť označovačom) a pleťte očka obrátene po zdvojené očko (označovač). Otočte prácu.

Opakujte 3. a 4. riadok, kým vám na ihlici neostane prostredné číslo z trojčísla uvedeného v tabuľke pod veľkosťou, ktorú pletiete.

Upleťte dva riadky hladko cez všetky očka na ponožke, t. j. do kruhu.

Druhá polovica päty | Zvnútra von | Nemecké skrátené riadky

- 1. riadok (líc):** Upleťte hladko po koniec stredovej časti päty a ďalšie očko. Otočte prácu.
- 2. riadok (rub):** Zdvojte očko. Pleťte obrátene po koniec stredovej časti a ďalšie očko. Otočte prácu.
- 3. riadok (líc):** Zdvojte očko. Pleťte hladko po zdvojené očko, spleťte ho a upleťte ďalšie očko hladko. Otočte prácu.
- 4. riadok (rub):** Zdvojte očko. Pleťte obrátene po zdvojené očko, spleťte ho obrátene a upleťte ďalšie očko obrátene. Otočte prácu.

Opakujte 3. a 4. riadok kým nezdvojíte predposledné očka po oboch stranách päty. Pleťte opäť do kruhu všetky očka ponožky, pričom spleťte cestou zdvojené očka.

3. Pleťte opäť do kruhu, kým dĺžka chodidlovej časti po prsty (merajte od miesta, kde ste prestali pliesť pätu) nemeria toľko cm, koľko je napísané v tabuľke pod veľkosťou, ktorú pletiete.

Bábo	22/23	24/25	26/27	28/29	30/31	32/33	34/35	36/37	38/39	40/41	42/43	44/45	46/47	48/49	50/51
11	11.5	12.5	14	14	15.5	17	18	18.5	20	21	22	22.5	24	24.5	25

Alebo pleťte dokým ponožka po oblečení nesiahá po polovicu malíčka.

4. Rozdeľte si očka na polovicu (tak ako pri päte). Umiestnite označovače – upleťte jedno očko, **umiestnite prvý označovač**, pleťte prvú polovicu ponožky po jedno očko pred jej koncom, **umiestnite druhý označovač**, upleťte očko hladko, upleťte prvé očko druhej polovice hladko, **umiestnite tretí označovač**, pleťte po očko pred koncom druhej polovice ponožky, **umiestnite štvrtý označovač**, upleťte posledné očko hladko.

V ďalšom riadku začnite uberať na špičku takto:

1. Prvé očko hladko, presuňte označovač, SSK, pleťte po dve očka pred označovačom, K2TOG, presuňte označovač, dve očka hladko, presuňte tretí označovač, SSK, pleťte hladko po dve očka pred štvrtým označovačom, K2TOG, presuňte označovač, 1 očko hladko. Ubrali ste 4 očka.
2. Pleťte všetky očka hladko.

Opakujte tieto dva riadky, kým vám neostane toľko očiek na oboch ihliciach, čo na strednej časti ponožky (prostredné číslo v tabuľke k päte). Napríklad pletiem veľkosť 38, uberám na špičky, kým nemám na ihliciach 20 očiek (po 10 očkách na ihlici). Tieto očka zošijete pomocou kitchener stitch. Zapošijete nitky.

GRATULUJEM! HOTOVO!



Ahojte, som Andrea Laca a návod na tieto ponožky som spísala pre vás. Vaša podpora pre mňa znamená veľmi veľa! Teším sa z každého nákupu, zdieľania a mailu, ktoré mi posielate.

V prípade, že vás zaujíma, čo nové sa vo svete Klbkošopy deje, odoberajte naše novinky. [Prihlásiť sa môžete tu.](#)

Ak máte pre mňa tip, o čom napísať článok, natočiť video alebo vás páli nejaká otázka, [vyplňte tento formulár.](#)

Váš tvorivý proces ma veľmi zaujíma a veľmi rada uvidím vaše ponožky, či už rozpletené, alebo hotové! Použite hashtag **#klbkoshopa** na **Instagrame** a podelte sa so mnou o radosť z pletenia.