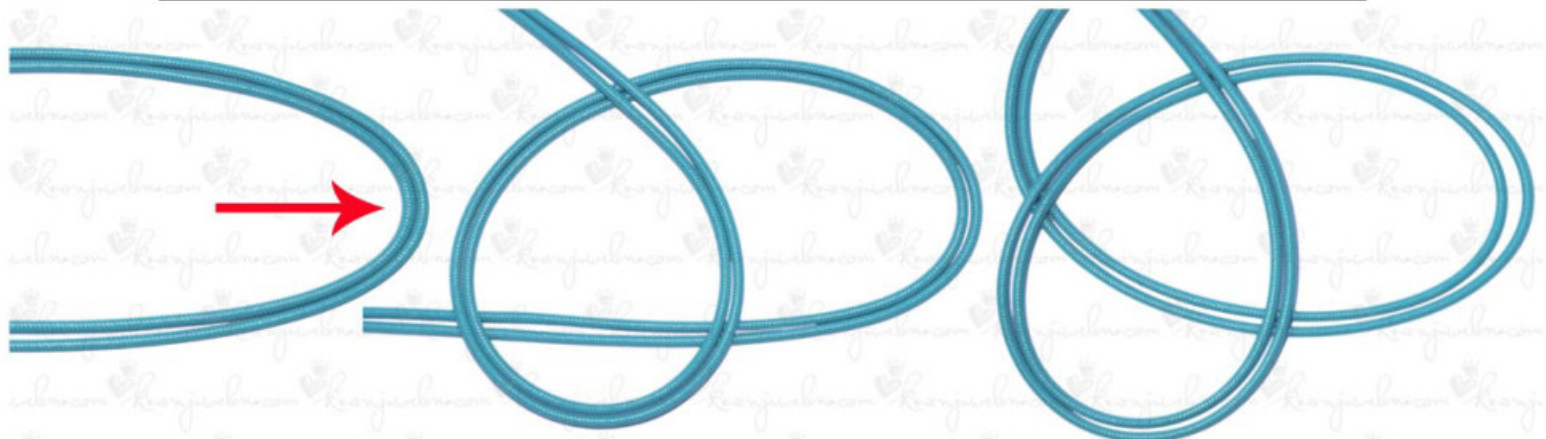


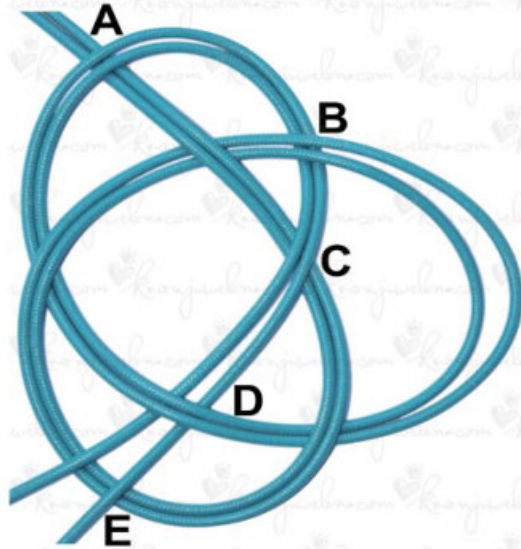




1) lege das 3m lange Band doppelt.
Die Bandmitte der gedoppelten Bänder
ist mit dem Pfeil markiert

2) lege die beiden oberen Bänder, so wie
abgebildet, in eine Schlaufe

3) jetzt legt Du die beiden unteren Bänder
über die Bänder der in Schritt 2 gelegten
Schlaufe



4) lege die oberen Bänder über (A),
unter (B), über (C), unter (D), über (E)
die jeweils kreuzenden Bänder

5) ziehe alle Bänder gleichmäßig an

6) lege die Folgeknoten indem Du die
Schritte 1-4 wiederholst



7) ziehe die Knoten jeweils gleich
- mäßig an



8) nachdem Du die Knoten ausgerichtet
hast schneidest die Bandenden auf eine
Länge und verklebst die Endkappen mit
Vielzweckklebstoff, bspw.: Art. Q40015



9) fertig ist Dein Knotenarmband.
Glückwunsch!