

11 Einleitung

## FASERN UND FÄDEN

---

19

23 FASERMATERIALIEN

---

ANLEITUNGEN

- 35 Brennnessel für Fasern ernten  
und verarbeiten
- 37 Lindenbast
- 38 Flachs-anbau und Fasern gewinnen

45 SPINNEN  
OHNE SPINNRAD

---

ANLEITUNGEN

- 49 Drillen und Zwirnen zu zweit
  - 49 Drillen und Zwirnen mit den Fingern
  - 50 Drillen und Zwirnen mit der  
Handfläche
  - 53 Spinnen mit einem Haken
  - 54 Spinnen mit dem Asthaken
  - 60 Spindelspinnen
- GESCHICHTE
- 58 Von Steinzeitspindeln bis  
zum Handspinn-Revival

67 EINFACHE SEILEREI

---

GESCHICHTE

- 72 Ursprünge der einfachen Seilerei

ANLEITUNGEN

- 78 Spinnkurbel
- 78 Spinnen mit der Spinnkurbel

## BÄNDER UND BORTEN

---

83

87 SCHNÜRE KLÖPPELN

---

GESCHICHTE

- 92 Neuzeitliche Tundelschnüre
- ANLEITUNGEN
- 96 Flechten auf der Pappscheibe
  - 98 Schnurklöppeln

101 SCHLAUFENFLECHTEN

---

GESCHICHTE

- 104 Im Mittelalter wurde genestelt
- ANLEITUNGEN
- 107 Zopfflechten aus Schlaufenfäden
  - 108 3-Schlaufen-Schnur
  - 110 5-Schlaufen-Schnur

115 DIAGONALFLECHTEN

---

GESCHICHTE

- 120 Bunte Flechtbänder  
für traditionelle Kleidung

ANLEITUNGEN

- 124 Diagonalgeflecht aus 6 Fäden
- 127 Diagonalgeflecht im Pfeilmuster
- 128 Pfeilmuster flechten
- 130 Gestaltung der Enden

### 133 BANDWEBEN

---

#### GESCHICHTE

- 138 Vom römischen Webgitter  
zum modernen Bandwebstuhl

#### ANLEITUNGEN

- 142 Bandweb-Probe  
144 Gurtband weben  
146 Gemustertes Band weben

### 149 BRETTCHENWEBEN

---

#### GESCHICHTE

- 154 Brettchenweben bei Kelten,  
Römern und Germanen

#### ANLEITUNGEN

- 157 Längsgestreiftes Band  
160 Ein gemustertes Band weben

## KLEIDUNG UND ACCESSOIRES

---

### 167

#### 171 ZWIRNBINDEN

---

##### GESCHICHTE

- 174 Zwirnbinden: uralt – weltweit

##### ANLEITUNGEN

- 176 Zwirnbinden einer kleinen Matte  
179 Zwirnbinden à la »Ötzi«

#### 183 ZWIRNBINDEN AUF DER FORM

---

##### GESCHICHTE

- 188 Fuhrmannshandschuhe  
und Bärlatschen

##### ANLEITUNGEN

- 190 Zwirnbinden auf Pappe  
192 Armband oder Armstulpen  
auf der Holzform

#### 197 NADELBINDEN

---

##### GESCHICHTE

- 203 Vorgeschichtliche Technik  
mit nur einer Nadel

##### ANLEITUNGEN

- 208 Einfaches Verschlingen  
211 Dänischer Stich

#### 215 SPRANGEN

---

##### GESCHICHTE

- 220 Sprangfunde seit der Bronzezeit

##### ANLEITUNGEN

- 226 3er Zopf  
226 Einfacher Einhängesprang  
226 Quergestreiftes Pinnband  
230 Gesprangter Beutel  
234 Band in Flechtsprang

#### 239 KETTMASCHENHÄKELN

---

##### GESCHICHTE

- 244 Europas erste Häkelmaschen

##### ANLEITUNGEN

- 246 Kettmaschenschlauch  
248 Handschuhe

253 WALKEN

---

ANLEITUNGEN

- 255 Kardenanbau im eigenen Garten
- 256 Walken und Rauen

## HOLZ- WERKSTATT

---

ANLEITUNGEN ZUM SELBSTBAU  
VON TEXTILWERKZEUG

### 259

265 WERKZEUG FÜR  
FASERN UND FÄDEN

---

ANLEITUNGEN

- 266 Flachsriffel
- 267 Flachshechel
- 268 Spindeln
- 270 Schwingholz
- 271 Spinnkurbel
- 272 Handwinde

275 WERKZEUG FÜR  
BÄNDER UND BORTEN

---

ANLEITUNGEN

- 276 Klöppel
- 278 Webbogen
- 278 Webgitter
- 281 Weberschiffchen
- 281 Webschwert
- 282 Webbrettchen

285 WERKZEUG  
FÜR KLEIDUNG  
UND ACCESSOIRES

---

ANLEITUNGEN

- 286 Zwirnbindeformen
- 288 Nadelbindenadel
- 290 Sprangrahmen
- 290 Sprangbrett
- 291 Häkelhaken

293 ANHANG

---

- 295 Lesetipps
- 299 Bezugsquellen
- 300 Register
- 303 Dank
- 304 Bildnachweis