

*Julia Wizowska*



**BUJAJ SIĘ!**



ALE NAJPIERW WYPLEĆ HAMAK...

# Spis treści

<u>Poznajmy się</u>	03
<u>Czego potrzebujesz do wykonania hamaka?</u>	05
<u>Jeszcze parę słów o materiałach!</u>	06
<u>Etap 1: Przygotowania</u>	10
Etap 2: Wyplatanie siedziska	19
Etap 3: Wyplatanie oparcia	38
Etap 4: Łączenie obręczy	50
Etap 5: Tworzenie linek do zawieszenia bujaka	61
Etap 6: Ozdabianie hamaka	74



# Poznajmy się!

Cześć, z tej strony **Julia Wizowska!**

Jestem naturoterapeutką i trenerką dobrostanu. Od lat edukuję, jak żyć z duchem natury: w zgodzie ze środowiskiem i z troską o siebie. **Więcej o mnie.**

Uwielbiam rękodzieło, kocham piękny design i czuję się najlepiej w przestrzeniach słonecznych i wypełnionych naturalnymi materiałami.

**Drewno, wiklina, żywe rośliny i wyplatane z bawełnianych sznurków dekoracje potrafią ocieplić każde wnętrze i sprawić, że staje się bardziej przytulne!**

Z kolei robótki ręczne są niczym medytacja: odprężają, uspokajają, koją, harmonizują. Zachęcam Cię do połączenia przyjemnego z pożytecznym! Wykorzystując technikę makramy, wykonaj własny mebel w stylu boho.

Na stronach tego e-booka podzielę się z Tobą instrukcją, jak krok po kroku wypleść ze sznurków wiszący fotel – huśtawkę!



Moja przygoda z hamakami bujanymi zaczęła się kilka lat temu, gdy przypadkiem na zagranicznej stronie internetowej zobaczyłam właśnie takie „jaskótcze gniazdo”. W Polsce nie były one wtedy jeszcze popularne, a ja zobaczyłam to zdjęcie i totalnie się zakochałam. Stwierdziłam: „Muszę to mieć, muszę to wykonać!”.

Jak stwierdziłam, tak zrobiłam. Zamknęłam się w pracowni na kilka tygodni i zaczęłam opracowywać sposób wyplatania hamaka. Jak się domyślasz, to nie było łatwe zadanie – pierwsze prototypowe hamaki, które powstawały, odbiegały od moich oczekiwań. Albo były moim zdaniem zbyt brzydkie, albo niepraktyczne, bo nie były w stanie utrzymać ciężaru ciała. W związku z tym wiele razy rozplątywałam i wyplatałam ponownie.

To pochłaniało mnóstwo czasu i ogrom energii, ale jednocześnie miałam wielką satysfakcję z tego co robię, dlatego że sposób wykonania tego bujaka opracowałam samodzielnie. Wszystkie schematy, łączenie sznurków, rodzaj i wielkość poszczególnych obręczy – to wszystko powstawało w mojej głowie metodą prób i błędów. Dzięki tym pierwszym nieudanym hamakom mogę teraz przekazać na Twoje ręce schemat, który uważam za najlepszy!

Pamiętaj jednak, że przed nim było kilkanaście nieudanych hamaków, kilkanaście zupełnie nieudanych instrukcji wykonania. Nie zrażaj się więc, jeżeli pierwszy hamak, który wykonasz, będzie daleki od Twoich oczekiwań – po prostu próbuj dalej! Wiem, jak ważne jest wsparcie i dobra rada w momencie, gdy wykonujesz coś po raz pierwszy. Dlatego serdecznie zapraszam Cię do dołączenia do naszej facebookowej grupy kursowej. Nazywa się „**Hamakowa grupa wsparcia – Bujaj się!**”. Możesz tam zadawać pytania, prosić o poradę, okazywać wsparcie innym, ale też publikować postępy swojej pracy. A skoro o pracy mowa – to co, zaczynamy?



# Czego potrzebujesz do wykonania hamaka?

Przede wszystkim **dwóch mocnych obręczy**: większej i mniejszej. Mniejsza będzie siedziskiem – ma ona dokładnie 52 cm średnicy. Większa obręcz ma 70 cm średnicy i to będzie oparcie Twojego hamaka.

Oprócz tego potrzebujesz 300 m **sznurka** o grubości 5 mm (mam 3 motki po 100 m w każdym).

Przydadzą się również dwa małe **metalowe kółeczka** do zamocowania linek hamaka i do podwieszenia go pod sufitem albo na stojaku.

Przygotuj również narzędzia: **nożyczki** i **centymetr** albo **miarkę**.



## Jeszcze parę słów o materiałach!

Gdy zaczynałam eksperymenty z wyplataniem hamaka, starałam się wykorzystywać materiały, które miałam pod ręką. Na **siedzisko** i oparcie wybrałam więc hula hopy. Jak się domyślasz: jako dekoracja albo prototyp do nauki wyplatania to rozwiązanie sprawdzało się dobrze, ale wytrzymałe nie było.

Szukałam więc innych pomysłów na materiały zastępcze i któregoś razu mnie olśniło. Przecież są felgi rowerowe! Jeżeli felgi są w stanie utrzymać na rowerze człowieka, to utrzymają też w hamaku. Tak powstało siedzisko – z używanych felg rowerowych.

Jeżeli będziesz kompletować materiały na hamak, wybierz materiały używane. Felgi znajdziesz w serwisach internetowych z aukcjami (Allegro, OLX, Gumtree), na lokalnych grupach facebookowych. Jeżeli zależy Ci na nowych, z pomocą przyjdą sklepy rowerowe i sportowe.

**Szukałam też alternatywy dla oparcia.** Był jednak problem. Zwykłe hula hopy próbowałam zastępować grubszymi, sportowymi, ale one posiadały wypustki, które wbijały się w ciało. Poza tym hula hop był plastikowy i mimo że wzmocniony, to jednak miał granice wytrzymałości. Felgi rowerowej zaś w tym przypadku nie dało się zastosować, bo nie ma takich dużych felg!

Wypróbowałam mnóstwo różnych pomysłów, aż w końcu stwierdziłam: czujesz opór, przestań drążyć. I zamówiłam drewniane oparcie u stolarza. To dobre rozwiązanie: wspieramy rzemieślnika, który żyje obok nas i korzysta z lokalnych zasobów. Można jednak jako oparcie zastosować stare, używane trampoliny lub huśtawki ogrodowe – zapytaj sąsiada, czy nie ma zbędnych. Bądź też, podążając za wcześniejszą radą, zajrzyj na fora internetowe, grupy w mediach społecznościowych, OLX, Allegro, Gumtree.

Jeśli chodzi o **kółeczka do zawieszania bujaka**, moje pochodzą z ciuchlandu – na dziale z tekstyliami znajdziesz kółka do karniszy. Muszą być grube, mocne i metalowe, by utrzymać ciężar ciała. Alternatywą wobec kółek są karabińczyki: używanych szukaj na grupach lokalnych, w serwisach aukcyjnych i w mediach społecznościowych (nawet w postaci starego hamaka leżącego, który na końcu będzie miał karabińczyki do przywiązywania do drzew), nowych zaś – w sklepach budowlanych i sportowych.

I ostatni materiał: **bawełniane sznurki** o grubości 5 mm. Sznurki mogą być skręcane (bardziej odporne na rozciąganie) albo plecione (bardziej elastyczne) – jeśli wybierzesz te ostatnie, upewnij się, że w środku mają rdzeń, dzięki czemu hamak nie będzie się przesadnie rozciągał.

W sumie potrzebujesz 300 m sznurka. Motki bez problemu znajdziesz w pasmanteriach, sklepach ogrodniczych i żeglarskich. Jeżeli jednak chcesz dawać drugie życie niepotrzebnym rzeczom, mogę Ci polecić **hurtownię, z której sama korzystam**. Sprzedaje ona właśnie takie 5-milimetrowe z rdzeniem sznurki, które z różnych



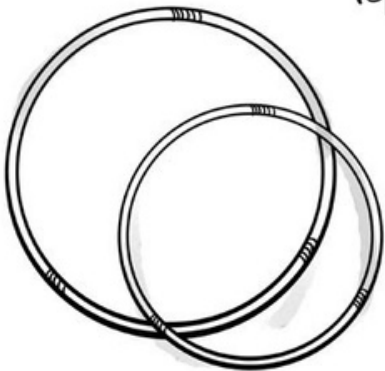


powodów nie trafiły do regularnej sprzedaży. W zwykłych warunkach zostałyby zutylicowane, ale dzięki temu, że sporo osób obecnie wypłata makramy, sznurki mają szansę na użycie. Rozpoznasz je po napisie „Sznurki z outletu” na etykiecie, bo marka, która stawia swoim produktom wysokie wymagania, nie podpisała się akurat pod tym. Dzięki temu jednak za sznurki zapłacisz mniej, a będą one bardziej ekologiczne.

# BUJAJ SIĘ!

...ale najpierw przygotuj

duża obręcz  
(oparcie) 70cm



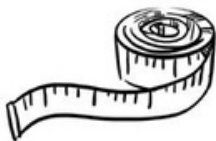
3 motki  
po 100m  
o grubości 5mm

mała obręcz  
(siedzisko) 52cm



2 metalowe kółka  
lub 2 karabińczyki

miarka  
centymetrowa



nożyczki



# Etap 1:

## PRZYGOTOWANIA

Zanim przejdziesz do wyplatania hamaka, musisz wykonać dwie czynności przygotowawcze. One zajmują trochę czasu, ale bez tego nie ruszysz dalej.

**Pierwszy etap przygotowawczy – to owijanie obręczy.**

Na tym etapie potrzebujesz dwóch obręczy i sznurka.



**Zaczniemy od większej obręczy** – tej, która będzie oparciem Twojego hamaka. Owijanie jest czynnością czasochłonną i pracochłonną. Na warsztatach stacjonarnych nazywałam to nawet robotą głupiego, bo nie jest kreatywna, ani rozwijająca, lecz konieczna. Samo owijanie jest dosyć banalne, natomiast specyficzny jest początek.

Znajdź końcówkę sznurka, odmierz mniej więcej 10 cm i połóż tę końcówkę na grzbiecie obręczy. Jeżeli później ta końcówka Ci się zsunie gdzieś na bok, nie przejmuj się – żadna to tragedia. [fot. 2]



2

Po tym, jak umieścisz końcówkę na grzbiecie obręczy, weź resztę motka i przerzuć wokół obręczy. Okręć sznurek wokół końcówki tak, by końcówka znalazła się w środku. (Innymi słowy: sznurek leci z wierzchu, owijając zarówno obręcz, jak i schowaną między obręczą a sznurkiem końcówkę). [fot. 3]



3

Przerzuć sznurek drugi raz wokół obręczy. I po raz drugi skrzyżuj końcówkę ze sznurkiem tak, by końcówka znalazła się pod owijką. [fot. 4]



4

Po raz trzeci okręć motek wokół obręczy. I dalej historia się powtarza: końcówka sznurka jest wewnątrz. [fot. 5]



5

Przerzuć motek po raz czwarty i ostatni. Przy piątym okrążeniu wyciągnij końcówkę (ten „ogonek”, który Ci pozostał) na wierzch [fot. 6], sznurek zaś owiń za końcówką. Zwróć uwagę, że końcówka pozostała na zewnątrz. [fot. 7]



6



7

Dalej to już prosta sprawa – po prostu owijaj sznurkiem obręcz, bez żadnej większej filozofii. [fot. 8]



8

# Jeśli jednak potrzebujesz instrukcji wideo...

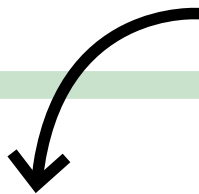


... polecam Ci mój kurs online, w którym cała instrukcja wyplatania została przedstawiona w postaci nagrań wideo.



Wypleć hamak w stylu boho –  
kurs online

189,00 zł



Za **97 zł** na hasło: boholove

**ZAMÓW**

# Sprawdź moje pozostałe e-booki i e-kursy



## NIEZBĘDNIK ZERO WASTE

Jak ograniczać odpady.  
KURS ONLINE

Four glass jars containing various dried herbs and spices are shown on a wooden surface. The jars are arranged in a row, with the first jar containing yellowish dried herbs, the second containing orange dried herbs, the third containing dark dried herbs, and the fourth containing green dried herbs.

Trzymaj się i pozostajemy  
w kontakcie!

*Julia Wizowiska*





*Bujaj się! Ale najpierw wpleć hamak...*

Copyright by Julia Wizowska, 2020

Tekst i zdjęcia: **Julia Wizowska**

Transkrypcje: **Katarzyna Hajduk, Katarzyna Zawodnik**

Projekt okładki: **Anna Teodorczyk-Twardowska**

Projekt szablonu oraz łamanie i skład: **Anna Teodorczyk-Twardowska**

