

# ОПИСАНИЕ ВЯЗАНИЯ НОСКОВ И СЛЕДКОВ #DELICATE SOCKS

Автор @by\_ignatova.knit



*Весь информационный материал из данного описания является объектом авторского права и предназначен только для личного использования. Запрещается копирование, частичное или полное, продажа либо распространение текста, фото и видео без согласования с автором @by\_ignatova.knit*

В данном описании представлен способ вязания носков и следков ажурной резинкой **на пяти чулочных спицах**. При желании можно самостоятельно распределить петли для вязания способом magic loop.

Лицевые петли – классические, изнаночные – «бабушкины».

В описании ссылки на видео (гиперссылки) выделены [синим цветом](#). С телефона они открываются нажатием на текст, с ноутбука/компьютера – клавиша Ctrl+ щелкнуть по ссылке. Так же ссылку можно скопировать и открыть в любом своем браузере.

При вязании по распечатанному на принтере описанию для просмотра видео удобно использовать **QR-коды** (Приложение на последней странице файла).

#### ❖ *Материалы и инструменты:*

- 50-90 г носочной пряжи 175-210 м / 50 г для носков, 40-70 г для следков
- чулочные спицы 5 шт. 2-2,5 мм в зависимости от Вашей плотности вязания
- маркеры 2 шт.
- игла трикотажная
- ножницы
- сантиметровая лента (линейка)
- носочные блокаторы (по желанию и при наличии)

#### ❖ *Размеры:*

Размеры	30/34	35/38	39/42
Количество петель (и для носков и для следков)	50	60	70
Расход пряжи, следки, г	около 40	около 50	до 60
Расход пряжи, носки, г	около 50	около 70	60-90

*По ходу описания вязания первая цифра будет для 30/34 размера, вторая и третья в скобках соответственно – для 35/38 и 39/42 размеров.*

***Примечание:** если у Вас нестандартный объем стопы (широкая стопа/высокий подъем), то можно вязать по расчётам на размер больше. Например: для широкой стопы 37 размера набирать не 60 петель, а 70.*

*Или взять спицы чуть большего размера (на 0,25) от тех, которыми попали в указанную плотность.*

### ❖ **Пряжа:**

Для вязания носков и следков существует специальная носочная пряжа, прочность которой придают нейлон, полиамид, крапивные волокна в составе. Их должно быть 20-30%. Оставшаяся часть – это шерсть, хлопок, кашемир на Ваше усмотрение. Метраж 175-210м/50г.

Вот ориентировочные подходящие марки пряжи, подходящие для вязания:

- Regia
- Gruendl Hot Socks
- Coop Knits Socks Yeah
- Onion Neetle Sock
- Infinity Magic
- Drops Nord, Flora
- Novita Venla
- Casagrande Ampezzo
- Gedifra Lana Mia
- Sandnes Garn Sisu
- Lana Grossa Meilenweit



**Примечание:** узор будет лучше виден на однотонной или меланжевой пряже, твиде или пряже с мягким градиентом.

Секционно-окрашенная, пестрая пряжа будет перетягивать внимание на себя, и узор возможно потеряется.

### ❖ **Плотность вязания:**

Очень важно связать образец с нужной плотностью петель. Это повлияет на итоговый размер носка / следка! Пожалуйста, не пропускайте данный пункт и не начинайте вязание изделия без создания своего собственного образца)).

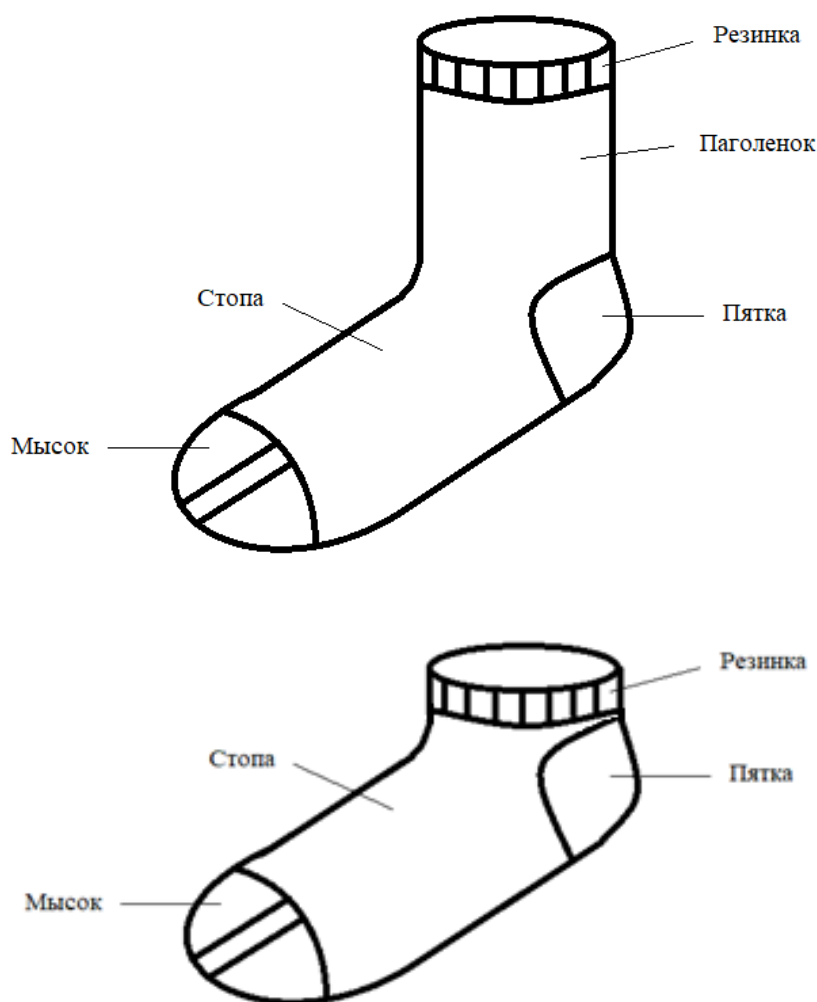
Итак: необходимо набрать 20 петель и связать примерно 20 рядов лицевой гладью. Когда образец будет готов, необходимо постирать его вручную с

кондиционером или средством для шерсти и высушить. Далее замерить количество петель в 5 см.

**У Вас должно получиться 16-16,5 петель в 5 см лицевой глади. Это хорошая плотность для вязания носков. Высота образца здесь менее важна, она повлияет лишь на итоговое количество рядов в изделии и легко подбирается по ходу вязания.**

Если количество петель получилось больше, чем 16-16,5, то необходимо взять спицы большего размера, если меньше – меньшего, и попробовать еще раз, пока не получится попасть в указанную плотность).

❖ *Геометрия носка / следка:*



Носок / следок вяжется сверху от резинки к мыску одной деталью без швов.



❖ *Классический набор петель и замыкание в круг:* (см. видео <https://youtu.be/0r3M1QCyNF0>)

Набор петель делаем классическим способом. И для носков, и для следков начальное количество петель одинаковое, то есть смотрим в таблицу выше и выбираем необходимое количество петель для своего размера.

- На первую спицу набираем 14(16)(18) петель.



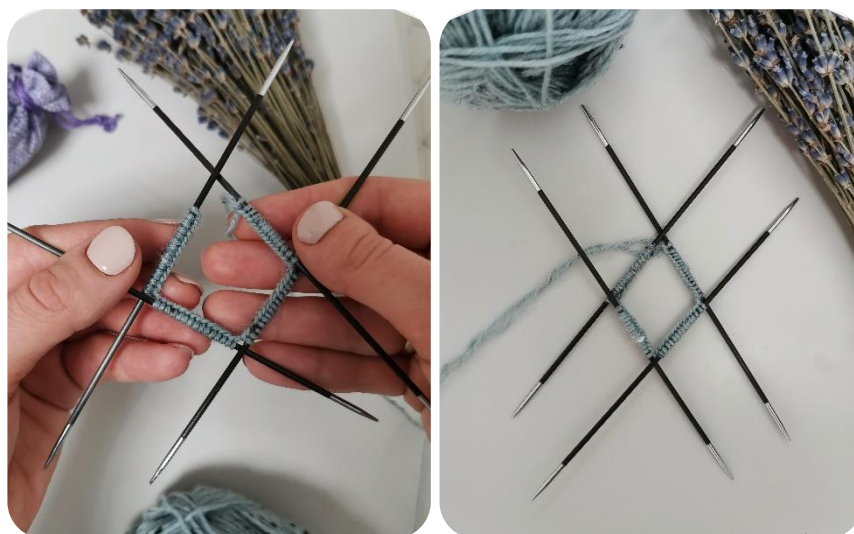
- Далее берем вторую спицу и продолжаем набирать на нее 12(15)(18) петель соответственно.



- Затем на третью 13(15)(17), на четвертую – 12(15)(18). На спицах 51(61)(71) петля.



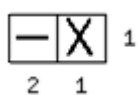
- И замыкаем вязание в круг. Для этого первую и четвертую спицы соединяем так, чтобы они образовали кольцо. Обязательно следим, чтобы петли не перекрутились. Кончик нити смотрит на нас, рабочая нить от нас. Четвертой спицей поддеваем первую набранную петлю с первой спицы и протягиваем ее через последнюю набранную на четвертой спице. Подтягиваем кончики нитей. Должно получиться аккуратное и незаметное место соединения. Оно будет началом каждого нового ряда.



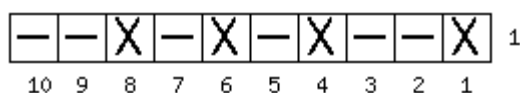
### ❖ Резинка:

Далее приступаем к вязанию **резинки**:

- Ее можно связать обыкновенным способом 1x1 со скрещенными лицевыми петлями (схема №1)



- Или красиво переходящую в основной узор, используя схему №2:



Условные обозначения:

X	Скрещенная лицевая петля
—	Изнаночная петля



Высота резинки, ориентировочные значения количества рядов:

	Взрослые размеры	Детские размеры
Носки	12-14 рядов	10 рядов
Следки	6-8 рядов	5 рядов

*Примечание: если вы вяжете следки, то после резинки раздел 'Паголенок' пропускаем и переходим сразу к вязанию пятки, раздел 'Пятка'.*

❖ **Паголенок (только для носков):** (см. видео <https://youtu.be/28Ok7nC17yM>)

После того, как связана резинка, начинаем вязать паголенок по схеме, приведенной ниже. Она одна для всех размеров. В раппорте 10 петель и 4 ряда.

## Схема узора:

—	—						—	—	X	4
—	—			U		2>	—	—	X	3
—	—						—	—	X	2
—	—	2<		U			—	—	X	1
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	

## Условные обозначения:

	Лицевая петля
—	Изнаночная петля
X	Скрещенная лицевая петля
U	Накид (я делаю прямой, накидываю нить на спицу от себя)
2>	Две петли вместе лицевой с наклоном вправо (убавка вправо)
2<	Две петли вместе лицевой с наклоном влево (убавка влево)

Высота паголенка может быть любой, то есть провязываем нужное количество **полных раппортов узора**. Останавливаемся перед пяткой, когда связан 4-ый ряд по схеме.

Для детских носков ориентировочная высота паголенка вместе с резинкой примерно 11 см, для взрослых – 13 см.

*Примечание:* количество провязанных рядов удобно считать по 'дырочкам', которые образуются от накидов.





❖ **Пятка:**

- **Стенка пятки:** (см. видео <https://youtu.be/4ef8wVPFPag>)

Пятка вяжется поворотными рядами примерно на половине от всех петель. Количество рядов стенки пятки равно числу петель на ней. Пятка будет вязаться на 25(29)(35) петлях. То есть ее высота 24(30)(34) рядов.

В данном случае я вяжу пятку-подкову или французскую пятку, усиленную, красивую и достаточно прочную.

Распределение петель на спицах сейчас такое:

	50 петель	60 петель	70 петель
количество петель на 1 спице	13	15	17
количество петель на 2 спице	12	15	18
количество петель на 3 спице	13	15	17
количество петель на 4 спице	12	15	18

**1 ряд:** с первой спицы провязываем 12(14)(12) лиц., 1 изн. (кромочная).

*Примечание:* если остались 4 лишние петли на этой спице (для размеров с начальным количеством петель =70), их просто нужно переснять на соседнюю спицу.

Разворачиваем вязание изнаночной стороной к себе.

**2 ряд:** первую петлю (кромочная) снимаем, нить за работой. 12(14)(12) изн. Со следующей спицы (она четвертая в круговом ряду) вяжем 11(13)(21) изн., 1 лиц. (кромочная).

*Примечание 1:* если осталась 1 лишняя петля на этой спице (для размеров с начальным количеством петель =60), её просто нужно переснять на соседнюю спицу.

*Примечание 2:* если на четвертой спице не хватает 4 петель (для размеров с начальным количеством петель =70), провязываем (добавляем) их с соседней спицы.

Всего в изнаночном ряду должно быть провязано 25(29)(35)петель.

Разворачиваем вязание на лицевую сторону.

**3 ряд и все нечетные (лицевые) ряды:** сейчас, в 3 ряду, будет удобно все 25(29)(35) петель пятки перенести на одну спицу.

Первую петлю (кромочная) снимаем, нить перед работой, 1 лиц., \*1 петлю снять, не провязывая, нить за работой, 1 лиц.\*, последняя петля изнаночная (кромочная).

То есть первую петлю (кромочная) снимаем как изнаночную, последнюю (кромочная) — провязываем изнаночной. Разворачиваем вязание изнаночной стороной к себе.



**4 ряд и все четные (изнаночные) ряды:** первую петлю (кромочная) снимаем, не провязывая, нить за работой, 23(27)(33) изн., 1 лиц. (кромочная).

То есть первую петлю (кромочная) снимаем как лицевую, последнюю (кромочная) — провязываем лицевой. Разворачиваем вязание на лицевую сторону.

Чередуем 3 и 4 ряды до тех пор, пока не свяжем нужную высоту стенки пятки — 24(30)(34) рядов.



*Подсказка:* количество провязанных рядов стенки пятки удобно считать по боковым кромочным петлям, которые выглядят как ‘косичка’.

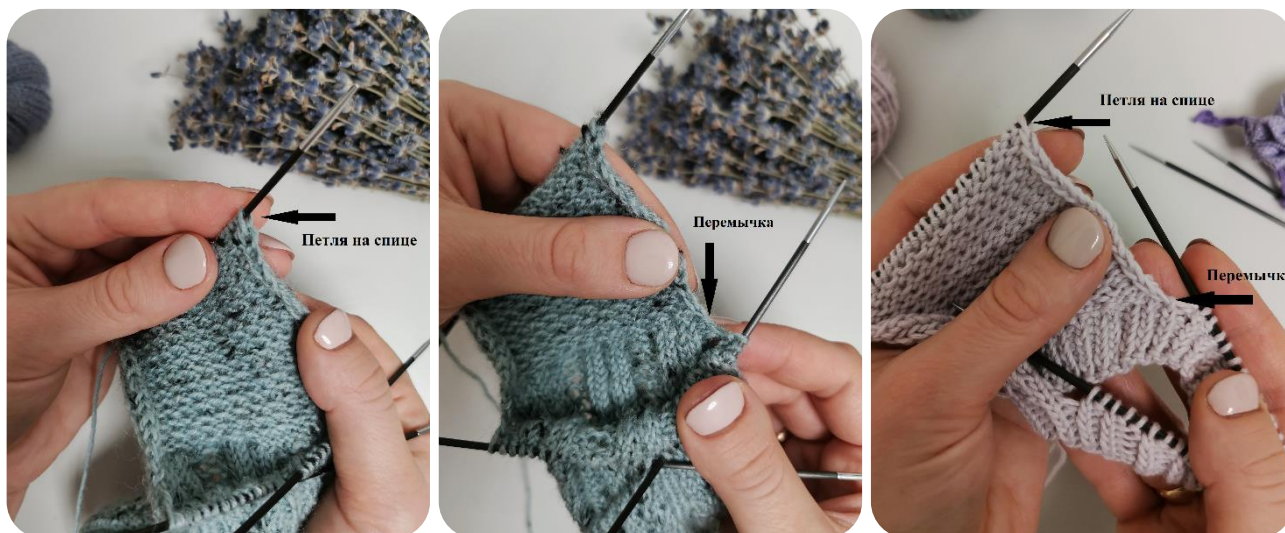


Итак, после того, как провязали любой изнаночный ряд, смотрим на правый край пятки с изнанки. На стыке пятки и паголенка (у носка) / пятки



и резинки (у следка) есть перемычка, выше которой идут петли ‘косички’. Каждая петля этой ‘косички’ – это 2 провязанных ряда. Петлю на спице не считаем.

Нам необходимо насчитать 12(15)(17) таких кромочных петель между перемычкой и петлей на спице.



После того, как провязано нужное количество рядов стенки пятки, разворачиваем вязание на лицевую сторону и начинаем вязать поворот пятки.

- **Поворот пятки:** (см. видео <https://youtu.be/W3xfKo3U01Y>)

Делим петли стенки пятки условно на три части по: 8-9-8 (10-9-10) (12-11-12) петель.

Будем вязать среднюю часть, постепенно добавляя петли с боков. Таким образом мы сформируем угол (поворот) пятки.

*Подсказка:* здесь нам понадобятся 2 маркера.

**1 ряд:** 1 петлю снимаем, нить перед работой, 15(17)(21) лиц., 2 вместе лиц. с наклоном влево (убавка влево), **1 маркер**, 1 лиц. Поворачиваем вязание.

**2 ряд:** 1 петлю снимаем, нить перед работой, переносим **1 маркер**, 8(8)(10) изн., 2 вместе изн., **2 маркер**, 1 изн. Поворачиваем вязание.



**3 ряд:** 1 петлю снимаем, нить за работой, лицевые петли до второго маркера, снимаем маркер, 2 вместе лиц. с наклоном влево, маркер, 1 лиц. Поворачиваем вязание.

**4 ряд:** 1 петлю снимаем, нить перед работой, изн. петли до второго маркера, снимаем маркер, 2 вместе изн., маркер, 1 изн. Поворачиваем вязание.



Вяжем таким образом, повторяя 3 и 4 ряды, пока на боковых частях не убавим все петли. Заканчиваем изнаночным рядом. На спице должно остаться 17(19)(23) петли. Маркеры освободились.





Поворачиваем вязание на лицевую сторону. Первую петлю снимаем, нить за работой, 8(9)(11) лиц. Здесь примерно середина пятки, и это **будет местом отсчета каждого нового ряда (начало ряда)**. Берем свободную спицу и провязываем оставшиеся 8(9)(11) петель лицевыми.



Далее необходимо поднять петли из стенки пятки с обеих ее сторон и соединить вязание обратно в круг.

❖ **Подъем петель из стенки пятки:** (см. видео <https://youtu.be/NVceIEnvml0>)

Сейчас перед нами правая кромка стенки пятки. Находим первую петлю косички на кромке (не считая ту, что на спице), и следующую за ней. Приподнимаем их и видим, что между ними есть перемычка из двух нитей. В ее серединку вводим спицу и вытягиваем петлю, захватив рабочую нить. Нить подтягиваем, чтобы избежать появления дырочки между петлями.



Теперь мы дошли до отложенных петель после паголенка (в носке) / резинки (в следке) - на них будем вязать **узор по новым схемам, приведенным ниже.**

Для отделения петель узора от петель стопы надеваем на спицу **1 маркер** и начинаем вязать узор с **1 ряда**, согласно новым схемам (они одинаковые как для носков, так и для следков):

I	I	I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	I		4
I	I	U	I	2>	-	-	X	-	-	I	I	U	I	2>	-	-	X	-	-	I	I	U	I	2>
I	I	I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	I		
<2	I	U	I	I	-	-	X	-	-	<2	I	U	I	I	-	-	X	-	-	<2	I	U	I	I
25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	I	4
U	I	2	>	-	-	X	-	-	I	I	U	I	2	>	-	-	X	-	-	I	I	U	I	2	>	-	-	X	-	-	I	I	I	I	3				
I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	I	-	-	X	-	-	I	I	I	2	
I	I	I	-	-	X	-	-	2	<	I	U	I	I	-	-	X	-	-	2	<	I	U	I	I	-	-	X	-	-	2	<	I	U	I	I	1			
31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1									

[illegible]

На третью спицу поднимаем 7(8)(9) петель. Берем свободную спицу (она будет четвертой в круговом вязании), на нее поднимаем оставшиеся 5(7)(8) петель и провязываем петли, оставшиеся от вязания пятки. Провязан **1 ряд стопы**. На спицах всего 66(80)(92) петель. А с изнанки на месте подъема петель должна получиться аккуратная ‘косичка’.







❖ *Стопа и клин подъема:* (см. видео [https://youtu.be/V\\_86BqChRBg](https://youtu.be/V_86BqChRBg))

**2 ряд стопы:** ряд без убавок. Петли узора между маркерами вяжем по схеме. Остальные – лицевыми.

Начиная с **3-го ряда** нужно начать формировать убавки по бокам стопы (**клин**), чтобы получить примерно то же самое количество петель, которое мы набирали в самом начале.

Убавки находятся **перед 1 маркером**, не доходя до него 3 петли (с наклоном вправо), и **после 2 маркера**, через одну петлю после узора (с наклоном влево). И будут делаться через ряд в нечетных рядах (начиная с 3-го в схеме узора), пока не останется кратное 4 количество петель **48(60)(68)**.



**3 ряд стопы: ряд с убавками.** Лицевые петли до 3 петель перед 1 маркером. 2 вместе лиц. с наклоном вправо, 1 лиц., переносим маркер, петли по узору до 2 маркера, переносим маркер, 1 лиц., 2 вместе лиц. с наклоном влево, лиц. петли до конца ряда.

**4 ряд стопы: ряд без убавок.** Вяжем как 2 ряд.

Продолжаем чередовать 3 и 4 ряды, пока на спицах не останется 48(60)(68) петель.

*Подсказка 1:* для удобства в процессе вязания можно перераспределять петли между спицами.

*Подсказка 2:* после того, как связан клин, маркеры можно снять и распределить петли таким образом: на двух верхних спицах все петли узора, на двух нижних – лицевая гладь.



Далее продолжаем вязать стопу согласно схемам узоров, но уже без убавок в клиньях подъема на необходимую длину. Заканчиваем вязание перед мыском в любом втором или четвертом ряду схемы.



***Подсказка:** после того, как провязана стопа, можно провязать один ряд полностью лицевыми петлями для перехода к мыску (по желанию).*

❖ **Мысок:** (см. видео <https://youtu.be/LDSP-0U4A18>)

Мысок начинаем вязать примерно с середины высоты мизинца, или за 4(5)(5,5) см до необходимого размера по длине стопы.

Размер можно уточнить, измерив длину стопы, поставив ногу на лист и отметив расстояние от кончика большого пальца до пятки.

Или измерить длину связанного носка / следка, хорошо его расправив, вместе с пяткой, и вычесть 4(5)(5,5) см на мысок.





### Длина стопы в зависимости от размера ноги:

Размер ноги	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
Длина стопы, см	18,5	19,5	20	21	21,5	22,5	23	23,5	24,5	25	25,5	26,5	27

Убавки мыска идут по бокам стопы (в конце 1 / начале 2 спиц, в конце 3 / начале 4 спиц). В нем есть центральная линия из 2 петель, вдоль которой с обеих сторон размещаются убавки.



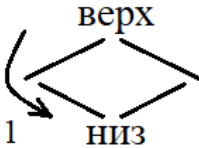
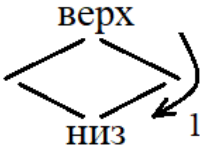
Теперь нужно поровну распределить петли между верхней и нижней частями носка / следка.

Во всех размерах начальное распределение петель такое:

Размер	Количество петель снизу	Количество петель сверху
30/34	23	25
35/38	29	31
39/42	33	35

То есть в нижней части петель меньше, чем в верхней. А нужно, чтобы стало поровну. Для этого переносим необходимое количество петель с верхних спиц на спицы с лицевой гладью, ориентируясь на схемы в таблице:



	Левый носок / следок	Правый носок / следок
30/34		
35/38		
39/42		

На каждой спице должно оказаться по 12(15)(17) петель.

Я делаю убавки по такой схеме: 3-2-1-1-1-1 (3-2-2-1-1-1-1). Цифры означают, сколько лицевых рядов между убавками стоит сделать. После того, как провязаны ряды по данной схеме, убавки делаются в каждом ряду, пока на спицах не останется 16(16)(20) петель.

Схемы убавок по рядам приведены в таблице ниже:

Для 50 (60) петель	Для 70 петель
3-2-1-1-1-1	3-2-2-1-1-1-1
<p><b>1 ряд:</b> ряд с убавками:</p> <p><b>1 спица</b> – лиц. петли до 3 последних, 2 вместе лиц. с наклоном вправо, 1 лиц.</p> <p><b>2 спица</b> - 1 лиц., 2 вместе лиц. с наклоном влево, и лиц. петли до конца спицы.</p> <p><b>3 спица</b> = 1 спице.</p> <p><b>4 спица</b> = 2 спице.</p> <p><b>2, 3, 4 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц.</p> <p><b>5 ряд:</b> повторяем 1 ряд.</p> <p><b>6, 7 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц.</p> <p><b>8 ряд:</b> повторяем 1 ряд.</p> <p><b>9 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц.</p>	<p><b>1 ряд:</b> ряд с убавками:</p> <p><b>1 спица</b> – лиц. петли до 3 последних, 2 вместе лиц. с наклоном вправо, 1 лиц.</p> <p><b>2 спица</b> - 1 лиц., 2 вместе лиц. с наклоном влево, и лиц. петли до конца спицы.</p> <p><b>3 спица</b> = 1 спице.</p> <p><b>4 спица</b> = 2 спице.</p> <p><b>2, 3, 4 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц.</p> <p><b>5 ряд:</b> повторяем 1 ряд.</p> <p><b>6, 7 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц.</p> <p><b>8 ряд:</b> повторяем 1 ряд.</p> <p><b>9, 10 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц.</p>

<b>10 ряд:</b> повторяем 1 ряд. <b>11 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц. <b>12 ряд:</b> повторяем 1 ряд. <b>13 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц. <b>14 ряд:</b> повторяем 1 ряд. <b>15 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц. <b>16 и последующие ряды:</b> повторяем 1 ряд, пока на спицах в сумме не останется 16(16) петель.	<b>11 ряд:</b> повторяем 1 ряд. <b>12 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц. <b>13 ряд:</b> повторяем 1 ряд. <b>14 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц. <b>15 ряд:</b> повторяем 1 ряд. <b>16 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц. <b>17 ряд:</b> повторяем 1 ряд. <b>18 ряд:</b> ряд без убавок, все петли лиц. <b>19 и последующие ряды:</b> повторяем 1 ряд, пока на спицах в сумме не останется 20 петель.
--	--

❖ **Трикотажный шов:** (см. видео <https://youtu.be/SgK-3XZUqto>)

*Теперь необходимо провязать лицевые петли с первой спицы (до середины боковой дорожки в мыске).*

Для выполнения завершающего шага – сшивания петель мыска трикотажным швом, необходимо распределить петли на 2 спицы поровну. Объединяем попарно петли с 1+4 и 2+3 спиц. Верхняя и нижняя часть стопы должны лежать друг на друге, средние линии мыска поделятся пополам. Количество петель на верхней и нижней спицах – по 8(8)(10).



Обрезаем рабочую нить, оставляя около 20 см, и вдеваем кончик в трикотажную иглу. Держим носок / следок верхней частью к себе, рабочая нить идет от нижней спицы:



- Вводим иглу в первую петлю верхней спицы как при вязании лицевой, и снимаем петлю со спицы, затем в следующую, как в изнаночную, и не снимаем ее.



- Вводим иглу в первую петлю нижней спицы как при вязании изнаночной, и снимаем петлю со спицы, затем в следующую, как в лицевую, и не снимаем ее.





- Повторяем эти два пункта поочередно. Последняя оставшаяся петля на передней спице так же снимается как лицевая, на задней – как изнаночная.



- Нить выводим на изнанку и прячем хвостик.



Хвостик от наборного края прячем между скрещенными лицевыми петлями в резинке.

### ❖ *ВТО (влажно-тепловая обработка):*

Я всегда рекомендую стирать носки / следки вручную. Это занимает совсем немного времени, и так Вы точно будете уверены, что изделие не 'сядет', как это иногда бывает с шерстяными вещами после стиральной машинки.

Стираем в прохладной воде с шампунем или средством для шерсти, хорошо выполаскиваем. Слегка отжимаем, не выкручивая, чтобы ушла основная часть воды.

Кладем на полотенце и сворачиваем в 'рулетик', несколько раз сжимаем руками. Лишняя влага впитается в полотенце, а носок / следок высохнет за более короткое время.

Далее аккуратно придаем форму и раскладываем на сухом полотенце или надеваем на блокатор. Сушим на ровной поверхности вдали от прямых солнечных лучей и не на батарее.

### **При уходе за носками я рекомендую:**

- \*использовать жидкие средства для шерстяных изделий;
- \*ручную стирку при температуре не выше 40 градусов;
- \*отжим без скручивающих движений через полотенце;
- \*сушку в расправленном виде на горизонтальной поверхности;
- \*при необходимости чистку от катышков специальной машинкой.



На этом всё)

Мне было приятно показать Вам, что связать эти милые носки / следки – не так уж и сложно) Спасибо за доверие к моему труду)! Очень надеюсь, что время, проведенное творчески, оказалось интересным и научило Вас чему-то новому)

Отмечайте свои работы тегом [#delicate\\_socks](#)! Давайте вместе соберем фотоколлекцию из этих прекрасных носков)



Татьяна Игнатова [@by\\_ignatova.knit](#)



**Приложение:** QR-коды для просмотра видео (если Вы распечатали файл – просто отсканируйте код для воспроизведения видео)

 <p>Набор петель и замыкание в круг (стр.5)</p>	 <p>Петли узора на паголенке ( стр. 7)</p>	 <p>Стенка пятки (стр. 9)</p>
 <p>Поворот пятки (стр. 12)</p>	 <p>Поднятие петель из стенки пятки (стр. 14)</p>	 <p>Клин подъема стопы (стр. 17)</p>
 <p>Принцип убавок в мыске (стр. 19)</p>	 <p>Трикотажный шов (стр. 22)</p>	