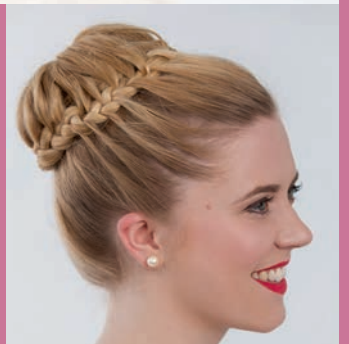


CHRISTIANE  
WEGNER

Mit   
Video-Tutorials  
für perfektes  
Gelingen

# Neue Flechtfrisuren

FÜR ALLE ANLÄSSE • SCHRITT FÜR SCHRITT ERKLÄRT



Weltbild

CHRISTIANE WEGNER

# Neue Flechtfrisuren

- FÜR ALLE ANLÄSSE
- SCHRITT FÜR SCHRITT ERKLÄRT

A vertical rope runs down the left side of the page. A large, dark grey knot is tied around it, with a smaller orange knot below it. A red banner with the word 'INHALT' is attached to the rope. On the right side, a smaller rope hangs vertically, ending in a red and white decorative tassel.

# INHALT

- 5 **VORWORT**
- 6 **MATERIAL & WORTERKLÄRUNGEN**
- 12 **TECHNIKEN**
- 13 **TIPPS UND TRICKS ZUM FESTSTECKEN**
- 14 **FLECHT-GRUNDTECHNIKEN**
- 15 EINFACHER DREI-STRÄHNEN-ZOPF
- 16 FRANZÖSISCHER ZOPF
- 17 HOLLÄNDISCHER ZOPF
- 18 FISCHGRÄTZOPF
- 19 PFERDESCHWANZ UMWICKELN
- FRISURENTEIL**
- 20 **LOCKER LÄSSIG**
- 76 **VERZAUBERND SCHÖN**
- 110 **MÄRCHENHAFT MAGISCH**
- 144 **STILVOLL STRENG**
- 174 **AUTORENPORTRÄT**
- 175 **VIDEOVERZEICHNIS**

---

## CHRISTIANES VIDEO-TUTORIALS

---

Um es euch, liebe Flechterinnen, noch einfacher zu machen, habe ich für euch Grundtechniken, Tricks und Teilschritte zu einigen Frisuren als Video-Tutorials zusammengestellt.

Ihr findet passende QR-Codes im Buch jeweils neben den Flechtfrisuren. Falls ihr keine Scanner-Funktion auf eurem Smartphone zur Verfügung habt, könnt ihr die Videos natürlich auch im Internet aufrufen.

Am Schluss des Buches findet ihr ein übersichtliches Videoverzeichnis.





## LIEBE FLECHTERINNEN,

auch in diesem Buch erwarten Euch wieder zauberhafte und außergewöhnliche Flechtfrisuren.

In den letzten Jahren fragten mich viele: Wie mache ich das eigentlich, wenn ich morgens selbst die Haare flechten möchte?

So entstand die Idee für dieses Buch, manche Anleitungen für Flechtfrisuren umzusetzen, die man auch ganz allein schafft. Es war spannend mit anzusehen, wie unsere Modelle ihre Haare geflochten haben, wo ihre Schwierigkeiten lagen und welche Tricks ihnen geholfen haben, damit die Frisur gelang.

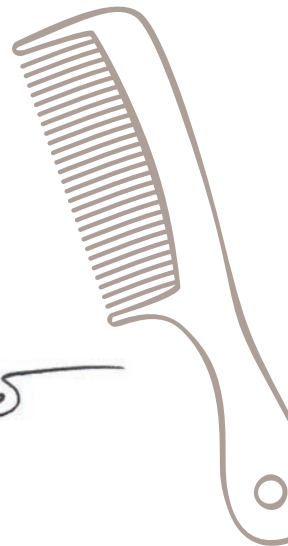
Diese Erfahrungen und die besten Tipps und Tricks haben wir für euch in diesem Buch zusammengestellt. Zum Beispiel, wann ein zweiter Spiegel hilfreich ist, wo eine clever gesetzte Abteilkammer euch einen großen Schritt weiterbringt, und warum es manchmal viel einfacher ist, ganz ohne Spiegel nur seinem eigenen „Fingerspitzengefühl“ zu vertrauen.

Natürlich haben wir uns auch wie gewohnt normale Anleitungen ausgedacht. Durch die vielen Step-by-Step-Fotos und Videosequenzen, die ihr im Internet ansehen könnt, wird es euch bald gelingen, die schönsten Frisuren zu flechten.

Ich wünsche Euch viel Spaß dabei –  
ihr werdet stolz auf die Ergebnisse sein!

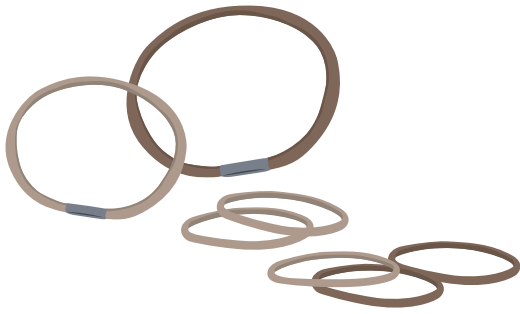
Eure

*Christiane Wegner*



# MATERIAL

Diese Materialien werden in unserem Buch verwendet:



## HAARGUMMIS

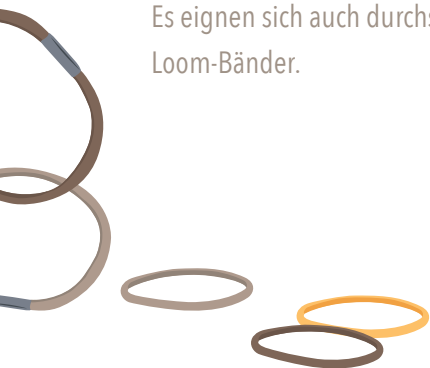
Es gibt Haargummis in vielen Varianten: aus Metall, Silikon oder Frottee.

Generell ist der Grundsatz nicht verkehrt: Dicke Haargummis für dickes Haar, dünnes Haar besser mit dünnen Gummis zusammenhalten.

## DURCHSICHTIGE HAARGUMMIS

gibt es in gut sortierten Friseurbedarfsläden, im Internet oder beim Friseur des Vertrauens.

Es eignen sich auch durchsichtige Loom-Bänder.



## HAARNADELN

Mit Haarnadeln könnt ihr Locken gut feststecken oder z. B. einzelne Haarsträhnen definieren. Haarnadeln gibt es in verschiedenen Längen, Haarfarben und Stärken.

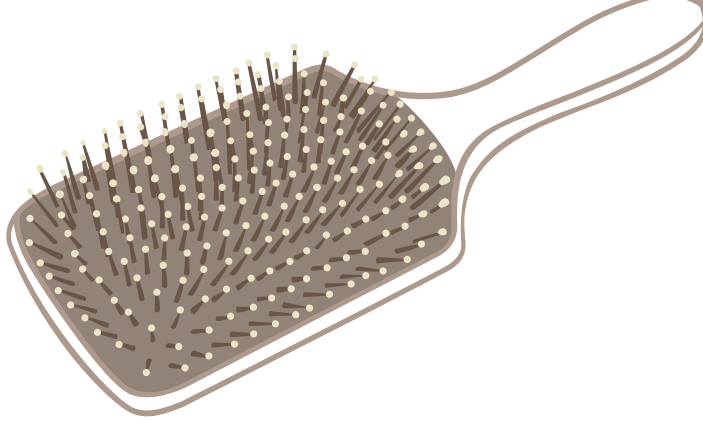
Zusätzlich gibt es auch Haarnadeln mit Strasssteinen, Blüten oder auch Perlen, um die Frisur zu schmücken.

## DONUT (KNOTENRING)

Ein Knotenring besteht aus Schaumstoff. Es gibt ihn in mehreren Farben und Größen. Donuts gebraucht man gerne als Füllmaterial für Dutts.



# MATERIAL



## BÜRSTEN

**PNEUMATIKBÜRSTEN** mit Natur und Kunststoffborsten glätten die Schuppenschicht der Haare und sorgen für seidigen Glanz.

Mit der **PADDELBÜRSTE** lässt sich gut langes Haar durchkämmen.

Die schmale **TOUPIERBÜRSTE** ist ideal, um den Ansatz zu toupieren, Flächen sauber zu kämmen, aber auch, um toupiertes Haar wieder auszubürsten.

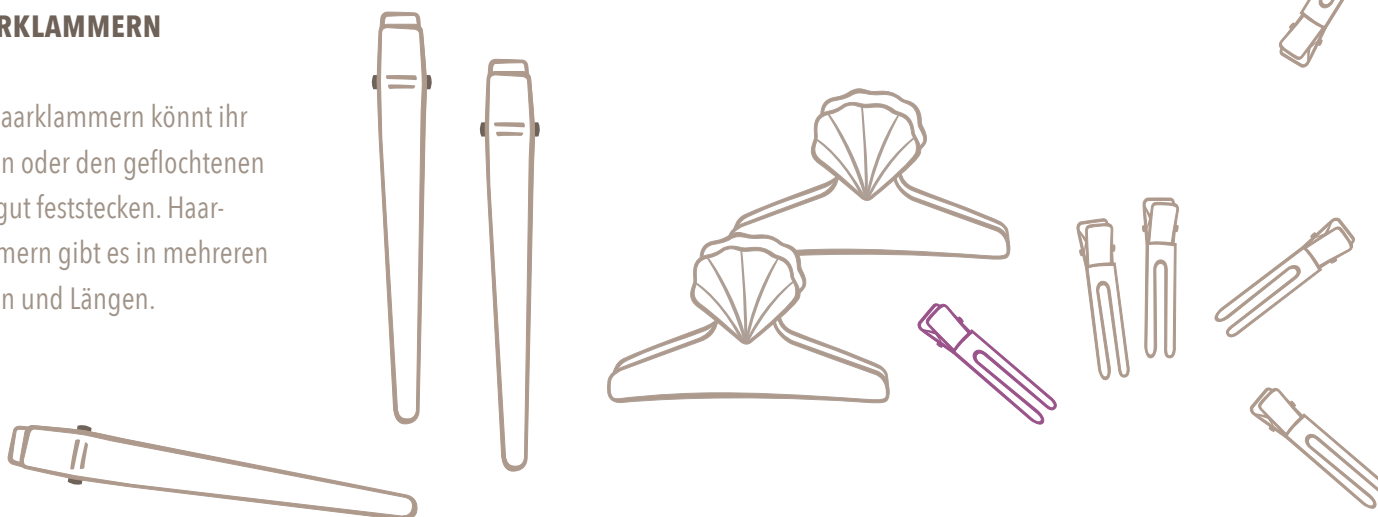
## STIELKÄMME

Es gibt viele Arten von Stielkämmen. Eigenschaften eines guten Kamms sind: Flexibilität, Antistatik und runde, möglichst feine Zähne für ein widerstandsloses Gleiten durchs Haar. Hat ein Kamm zugleich kurze und lange Zähne, handelt es sich um einen Toupierkamm.



## HAARKLAMMERN

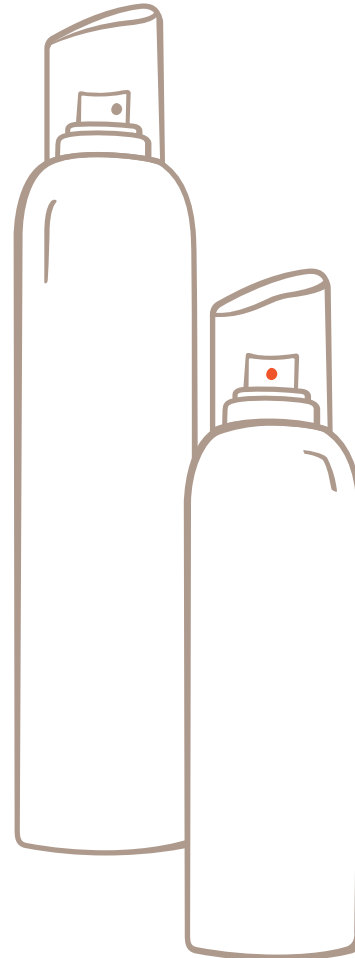
Mit Haarklammern könnt ihr Locken oder den geflochtenen Zopf gut feststecken. Haarklammern gibt es in mehreren Farben und Längen.



# MATERIAL

## HAARSPRAY

Haarspray braucht ihr, um der Frisur dauerhaften Halt zu geben und sie zu festigen.



## WASSERSPRITZE

Mit der Wasserspritze könnt ihr einzelne Haarsträhnen befeuchten, damit sie besser zu verarbeiten sind. Wichtig ist es, die Wasserspritze feinnebelig einzustellen.



## GLANZSPRAY

Für einen brillanten Haarglanz könnt ihr ein Glanzspray als Finish verwenden.

## GLÄTTEISEN

Mit einem Glätteisen kann man Haare schonend glätten und auch Locken formen. Wichtig ist nur, dass das Glätteisen nicht zu heiß eingestellt wird.



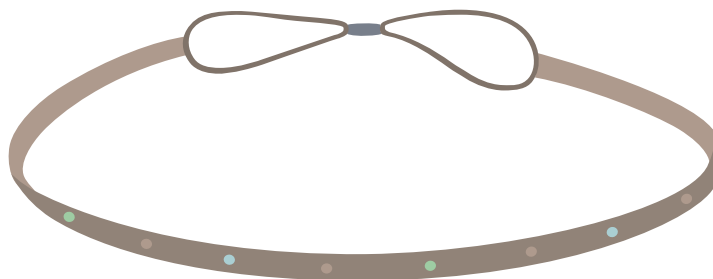


# ACCESSOIRES

Diese Accessoires werden  
in unserem Buch verwendet:

## CURLYS (HAARSPIRALEN)

Curlys sind schöne Accessoires fürs Haar. Aufgrund der Spirale schraubt man sie ins Haar, dadurch festigen sie die Frisur zusätzlich, sitzen sicher im Haar und können nicht mehr herausfallen. Mit Curlys könnt ihr Frisuren schmücken oder einzelne Flechtelemente unterstreichen.



## HAARBÄNDER

Haarbänder gibt es in verschiedenen Ausführungen, mal mit Perlen oder Rosen oder einfach nur schlicht. Sie sind vielseitig einsetzbar als Stirnband oder z. B., um einen Dutt zu schmücken.

# HAARBEREICHE

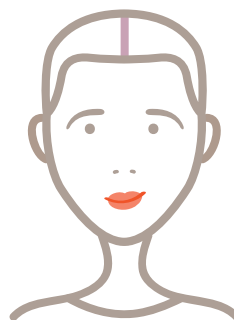
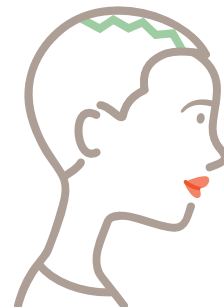
Diese Begriffe werden in unserem Buch verwendet:

- Oberkopf
- Hinterkopf
- Kontur



# SCHEITELARTEN

- Seitenscheitel
- Zickzackscheitel
- Mittelscheitel

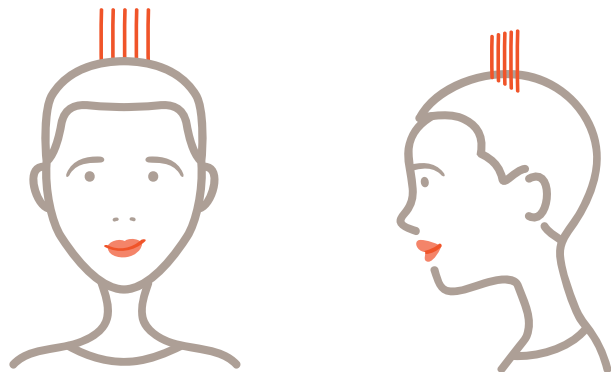


## KOPFBEREICHE



- Ponypartie / Stirnpartie
- Hinterkopf
- Nacken

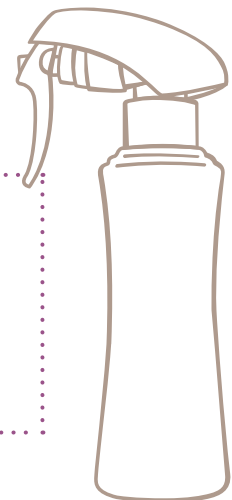
## PASSÉ



Das Wort „Passé“ kommt in den meisten Anleitungen vor. Es handelt sich um eine Haarpartie von 1–2 cm Breite, mit der weitergearbeitet wird.

### TIPP

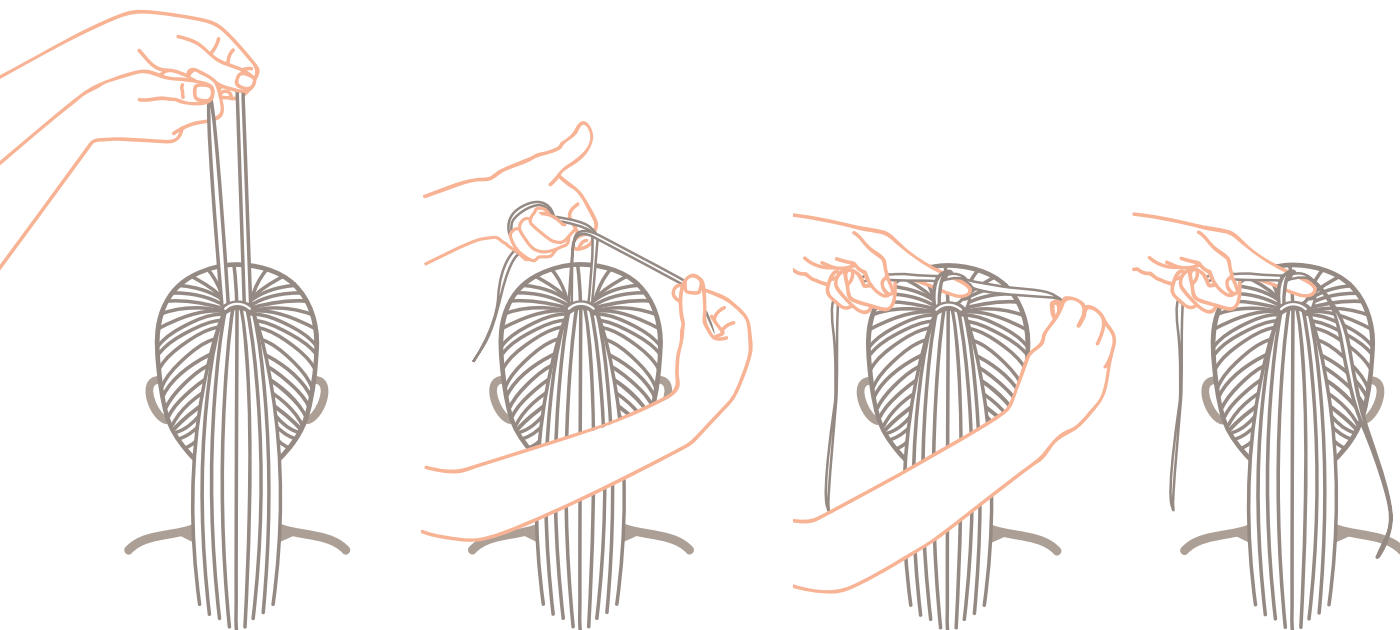
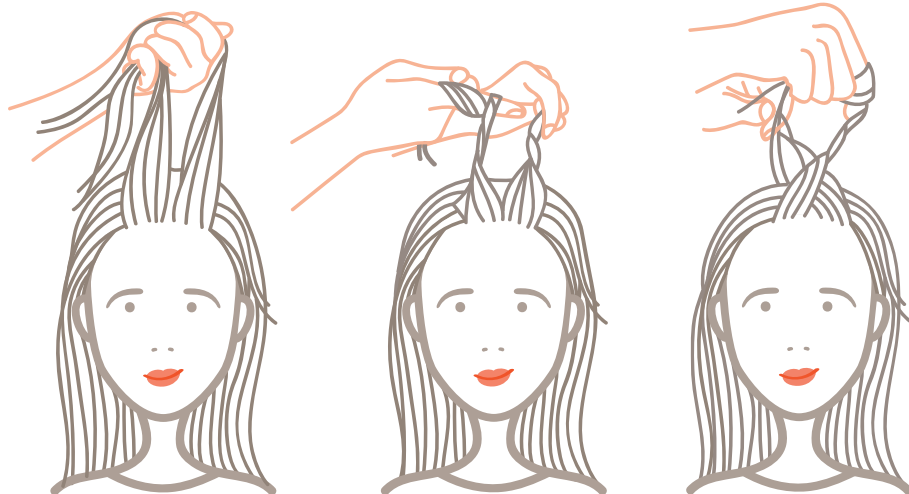
Ob frisch gewaschenes Haar sich zum Flechten nun am besten eignet, daran scheiden sich die Geister. **Grundsätzlich gilt für alle Flechtfrisuren:** Die Haarpartie, an der man arbeitet, am besten mit der Wasserflasche leicht anfeuchten – so fällt das Flechten oft leichter.



# TECHNIKEN

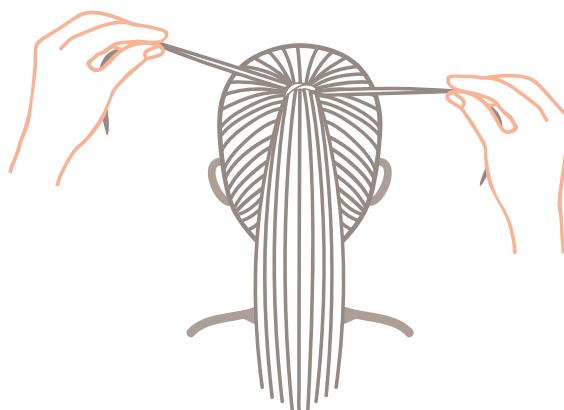
## ZWIRBELN UND KORDELN

Beim Zwirbeln und Kordeln geht es darum, dass man zwei Strähnen in die gleiche Richtung dreht, also zwirbelt, und dann die beiden Strähnen übereinander gegen die Richtung schlägt und diese Bewegung wiederholt.



## KNOTEN

Mit Knoten ist tatsächlich der einfache Knoten gemeint, das heißt, ihr nehmt zwei Strähnen, kreuzt sie voreinander, die vordere Strähne geht hinter die Strähne, dann durch beide Strähnen untendurch.



## TOUPIEREN

Am besten toupiert ihr, indem ihr die Haarsträhne mit der einen Hand festhaltet und mit dem Toupierkamm von der Spitze zum Ansatz hin runterkämmt. Diesen Vorgang wiederholt ihr mehrmals mit der gleichen Strähne, bis ihr das Gefühl habt, dass die Toupage fest genug ist.

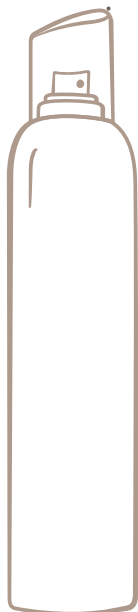
Die Toupage sollte immer nur am Ansatz sein.



### TIPPS

## STRÄHNEN UND ZÖPFE FESTSTECKEN:

- **Immer geriffelte Haarnadeln** benutzen – sowohl bei engen als auch bei U-förmigen Haarnadeln. Die geriffelte Seite zeigt nach oben!
- **Die engen Haarklammern beim Einschieben vorne öffnen**, damit ihr die Strähne damit auch zu fassen bekommt. Die U-förmigen Haarnadeln vor dem Einschieben leicht Zusammendrücken, so rutschen sie nicht so schnell heraus.
- **Feine Härchen**, die aus den Steckfrisuren fallen, mit Haarspray anlegen.
- **Für einen besseren Halt** benutzt zwei Haarklammern, die ihr überkreuzt – die Riffel verhaken sich so ineinander und bleiben besser stecken.
- **Beim Zöpfe feststecken** die Haarnadel erst in Richtung des Haarverlaufs einstecken, dann drehen und in den Zopf in der entgegengesetzten Richtung festschieben.



Tipps & Tricks  
zum Feststecken:





# **GRUNDTECHNIKEN**

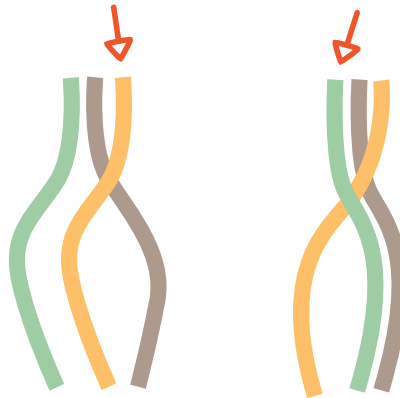
# GRUNDTECHNIK



## EINFACHER DREI-STRÄHNEN-ZOPF

### Schritt 1:

Teilt den kompletten Zopf in drei Strähnen. Legt die rechte Strähne über die mittlere.

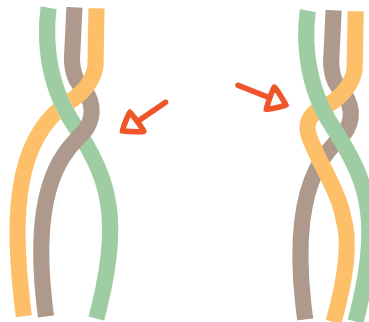


### Schritt 2:

Legt nun die linke Strähne über die vorherig rechte, jetzt mittlere Strähne.

### Schritt 3:

Nun legt die rechte Strähne wieder über die neue mittlere Strähne.



### Schritt 4:

Ebenso legt ihr die linke wieder über die neue mittlere Strähne.

### Schritt 5:

So macht ihr weiter, bis keine Haare mehr übrig sind, und bindet das Ende mit einem Zopf gummi fest.



Hier nochmal als Video-Tutorial:



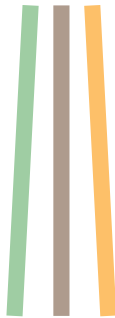


# GRUNDTECHNIK

## FRANZÖSISCHER ZOPF

### Schritt 1:

Kämmt alle Haare nach hinten und teilt ein Passé an der Stirnpartie ab, welches ihr in drei gleich große Stränge unterteilt.



### Schritt 2:

Flechtet als Anfang einmal nach der einfachen Flechttechnik mit den drei Strängen. Nehmt dann zum rechten Strang eine neue Haarsträhne von rechts mit dazu ...

### Schritt 3:

... und legt diese zusammengefügt über den mittleren Strang.



### Schritt 4:

Nehmt nun zum linken Strang ebenfalls eine Haarsträhne von links dazu ...

### Schritt 5:

... und legt diese zusammengefügt über den mittleren Strang. Diesen Vorgang wiederholt ihr, bis alle Haare aufgebraucht sind.

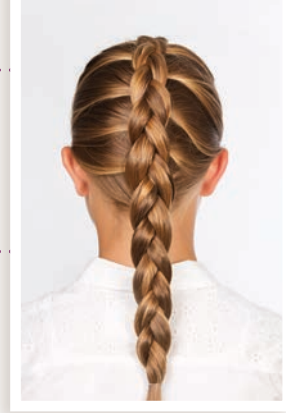


Hier nochmal als Video-Tutorial:





# GRUNDTECHNIK



## HOLLÄNDISCHER ZOPF

### Schritt 1:

Kämmt alle Haare nach hinten und teilt ein Passé ab, welches ihr in drei gleich große Stränge unterteilt.

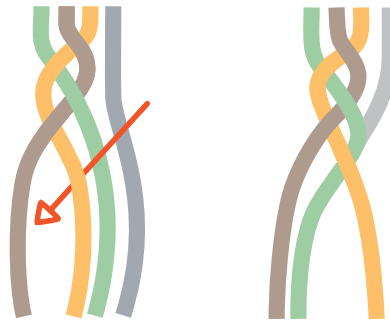


### Schritt 2:

Flechtet nun, indem ihr den rechten Strang unter den mittleren Strang legt und danach den linken Strang unter den nun neuen mittleren Strang.

### Schritt 3:

Zum rechten Strang nehmt ihr nun eine Strähne von rechts mit hinzu und führt diese zusammengefügt ...



### Schritt 4:

... unter den mittleren Strang.

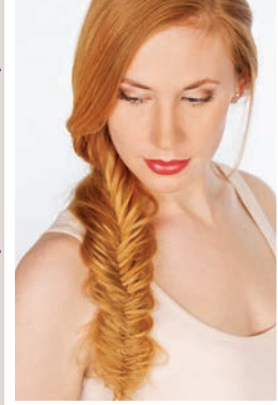
### Schritt 5:

Zum linken Strang nehmt ihr nun ebenfalls eine Strähne von links und führt diese zusammengefügt unter den mittleren Strang. Dies wiederholt ihr, bis alle Haare aufgebraucht sind.



Hier nochmal als Video-Tutorial:





# GRUNDTECHNIK

## FISCHGRÄTENZOPF

### Schritt 1:

Teilt den Zopf in zwei gleich große Strähnen. Zieht eine dünne Strähne aus dem linken Zopf...

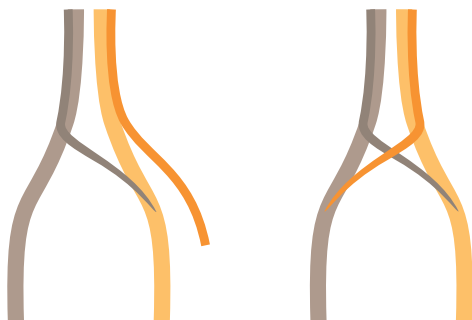


### Schritt 2:

... und legt diese rüber zum rechten Zopf. Die Strähne ist nun im Strang des rechten Zopfes integriert.

### Schritt 3:

Zieht nun aus dem rechten Zopf eine dünne Strähne heraus und legt diese...

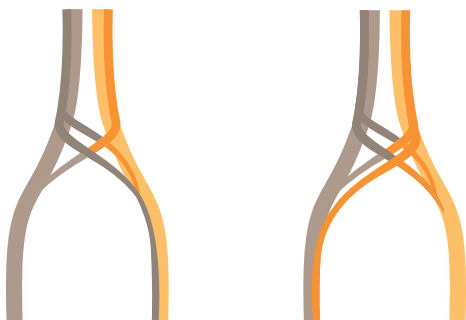


### Schritt 4:

... rüber zum linken Zopf. Die Strähne ist nun im Strang des linken Zopfes integriert.

### Schritt 5:

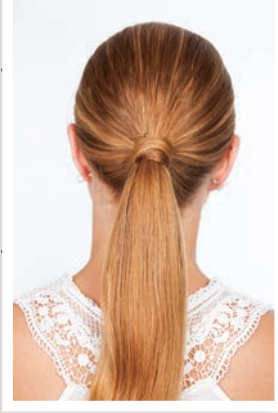
Fangt nun wieder links an und flechtet bis zum Ende des Zopfes herunter. Fixiert die Haare mit einem Haargummi.



Hier nochmal als Video-Tutorial:



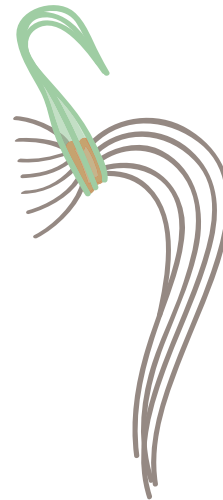
# GRUNDTECHNIK



## PFERDESCHWANZ UMWICKELN

### Schritt 1:

Nehmt aus dem gebundenen Pferdeschwanz unten eine Strähne...

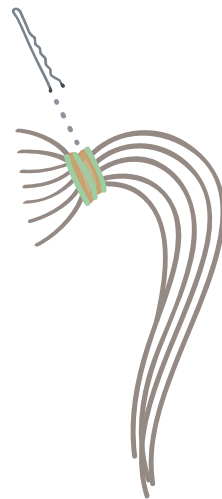


### Schritt 2:

... und schlägt diese so oft, wie es die Länge der Strähne erlaubt, über das Haargummi.

### Schritt 3:

Steckt die Strähne mit Haarnadeln fest.





A hand-drawn orange scribble, resembling a speech bubble or a thought bubble, frames the text. The scribble consists of several overlapping, irregular loops of orange line, with a tail extending downwards and to the right.

**LOCKER LÄSSIG**



Vorher



**ZOPF MIT FÜNF  
STRÄHNEN**



# Fertig in 5 Minuten

## MATERIAL

- 1 Bürste
- 1 Haargummi



**Schritt 1:**  
Kämmt alle Haare zu einer Seite.



**Schritt 2:**  
Unterteilt die Haare in fünf Strähnen.

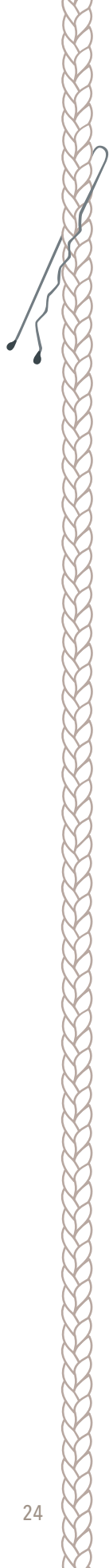
## Alicias Tipps:

- Die Frisur ist einfach nachzumachen – nach ein- bis zweimal üben sollte es klappen!
- Das Aufteilen der Strähnen ist ein bisschen tricky, da solltet ihr genau arbeiten.
- Spiegel von vorne ist ein Muss, damit ihr seht, was ihr tut.



**Schritt 3:**  
Nun wandert die Strähne Nr. 3, nachdem sie vorher unter Strähne Nr. 2 lag.





**Schritt 4:**

Danach geht ihr zur anderen Seite und Strähne Nr. 5 geht unter die Strähne Nr. 4.



**Schritt 5:** Die Strähne Nr. 5 wandert weiter über die Strähne Nr. 3.



**Schritt 6:**

Dann geht ihr wieder zur anderen Seite und die rechte äußere Strähne wandert unter die davorliegende Strähne und über die mittlere Strähne.



### Schritt 7:

Als Nächstes geht ihr wieder zur anderen Seite und die linke äußere Strähne wandert unter die davorliegende Strähne und über die mittlere Strähne.



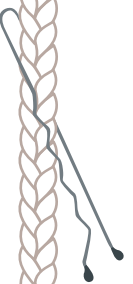
### Schritt 8:

Seid ihr am Ende angekommen bindet ihr ein Haargummi darum.



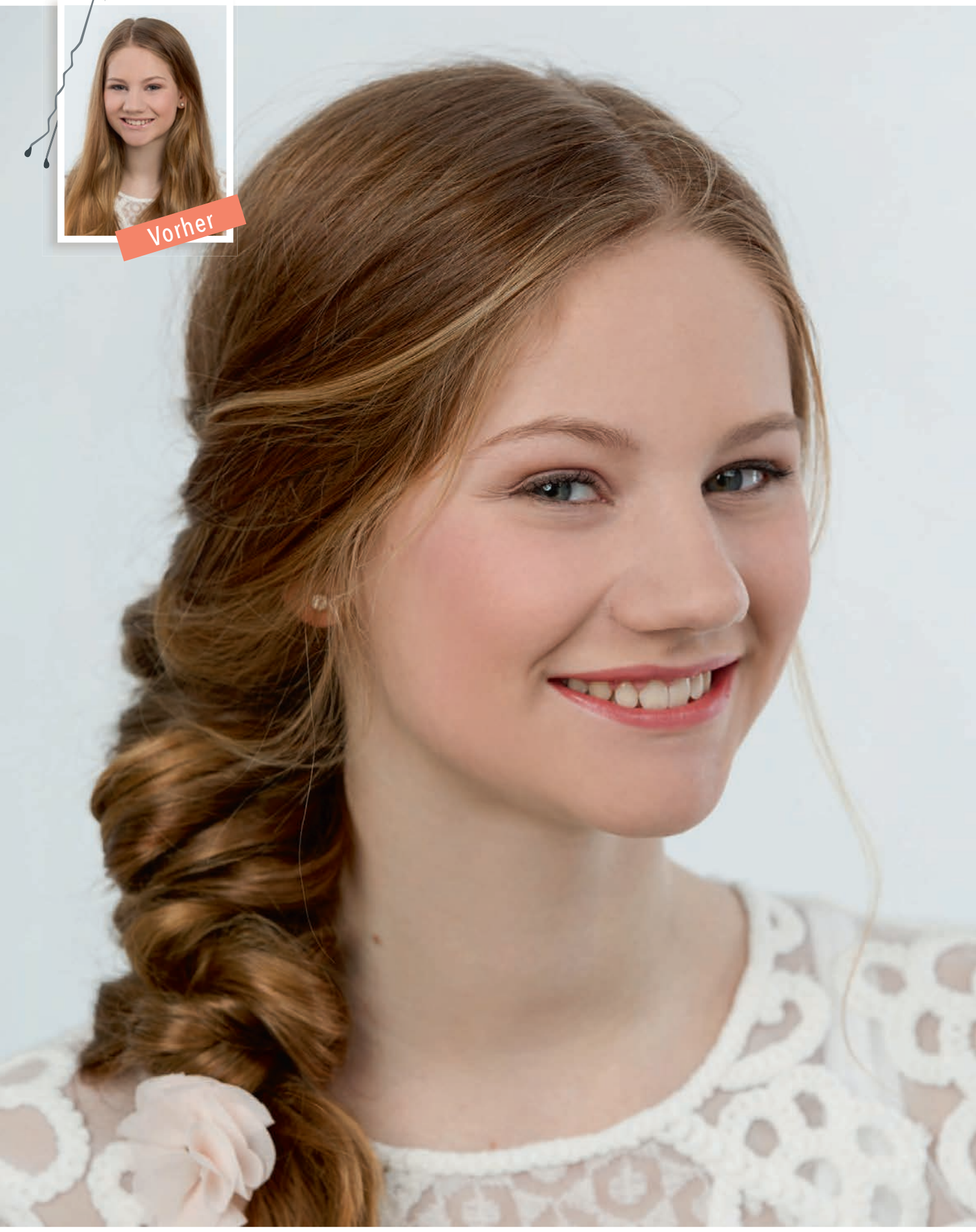
### Schritt 9:

Anschließend lockert ihr den Zopf.





Vorher







Vorher





Vorher



### Ellens Tipps:

- Diese Frisur ist super für die Schule oder die Arbeit, weil man sie morgens schnell und einfach hinkommt.
- Mit einem Spiegel als Hilfe gelingt's am besten.



Fertig in  
5 Minuten

**MATERIAL**

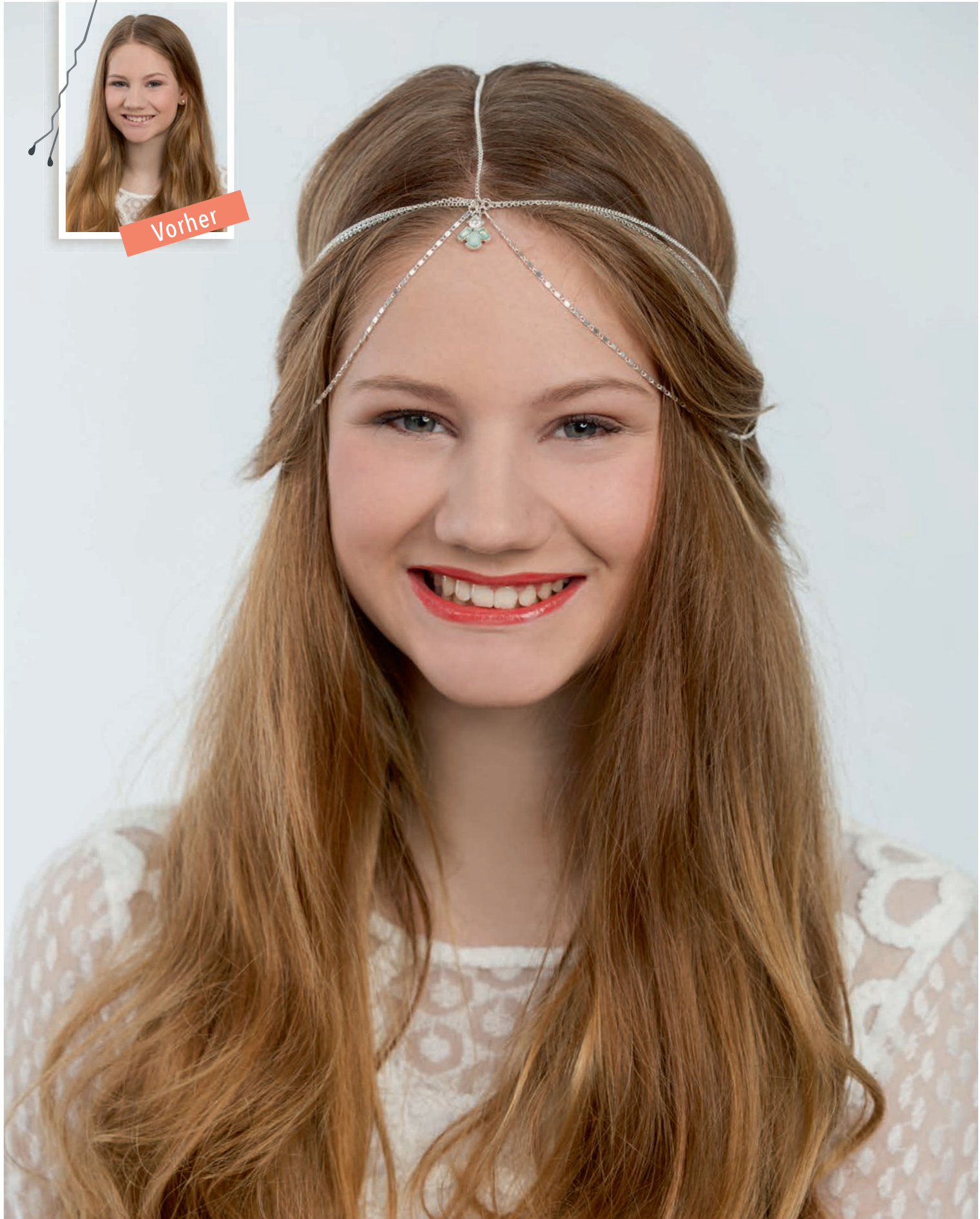
- 3 dünne  
Haargummis

**KORDEL-  
STRÄHNEN**





Vorher







Vorher

