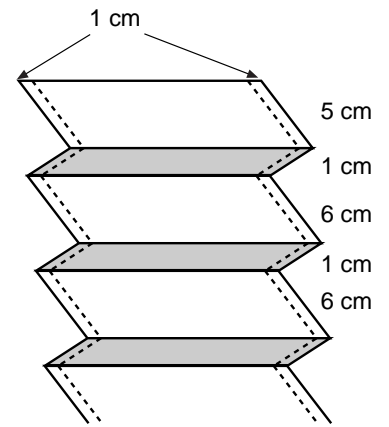


1) la striscia distesa:  
piegare sul tratteggio  
sovrapponendo le linee continue  
ottenendo pieghe di 1 cm.



2) la striscia piegata:  
la cucitura si esegue a 1 cm dal  
bordo

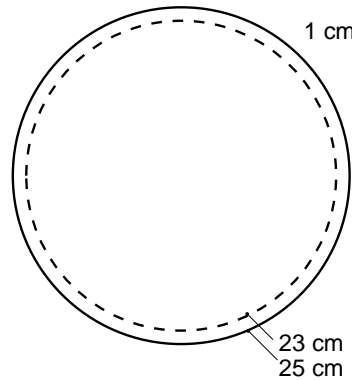
## Zafu (cuscino tondo)

Lo Zafu è un cuscino tradizionale giapponese tondo, in origine fatto d'erba. Si è evoluto fino alla forma attuale, che potete voi stessi preparare seguendo queste semplici istruzioni.

### Materiale necessario:

1. due pezzi di tessuto circolari di 25 cm di diametro.
2. una striscia di tessuto di 130x18 cm.
3. *kapok* (una fibra vegetale per l'imbottitura reperibile presso un tappezziere).

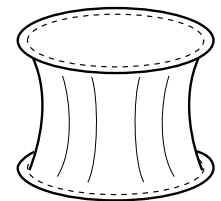
E' consigliabile fare una prova con una stoffa qualsiasi, o un cartamodello.  
Tradizionalmente è in velluto nero a coste strette.



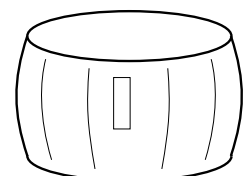
3) i pezzi tondi:  
anche per questi la cucitura è a  
1 cm dal bordo

### Istruzioni:

1. Innanzi tutto formate e imbastite le pieghe della striscia di tessuto, come illustrato nella figura (1) e (2).
2. Lasciate 1 cm di orlo per ogni lato.
3. Cucitelo insieme ai cerchi di tessuto come mostrato in figura (4), badando che la sovrapposizione tra inizio e fine del nastro, che essendo cucito solo sui bordi lascia una tasca attraverso cui infilare l'imbottitura, sia di dimensioni simili a quelle di una piega.
4. Togliere le imbastiture e rivoltare lo zafu.
5. Riempitelo di *kapok*
6. Eventualmente applicare sul fianco dello zafu, in verticale come illustrato nella figura 5, una striscia di stoffa bianca di 3x8 cm in cui inserire il proprio nome e cognome.



4) lo zafu rivoltato, durante la cucitura.



5) zafu finito con etichetta