

# SILICONES and more

## Einen „Bauchabdruck“ machen

Diese Anleitung beschreibt Schritt für Schritt, wie Sie einen festen und sehr detaillierten Abdruck eines (schwangeren) Bauches erstellen. Die besten Ergebnisse werden erzielt, wenn „die zu trainierende Person“ aufrecht sitzt oder steht.

Bei der Verarbeitung des Alginat-3D-Gels besteht eine recht hohe Wahrscheinlichkeit, dass etwas verschüttet oder verschüttet wird. Bedecken Sie die Unterwäsche mit einer Plastikfolie oder einem Müllsack. Arbeiten Sie niemals auf einem Unterboden mit Teppich oder Teppich! Denken Sie daran, dass Sie zusätzlich zum „Bauchabdruck-Set“ auch Watte aus der Drogerie benötigen.

Es empfiehlt sich, diese Beschreibung sorgfältig zu lesen, bevor Sie mit der Arbeit mit den Materialien beginnen.

Eine gewisse Fingerfertigkeit ist bei diesem Projekt ebenfalls von Vorteil.

## Benötigte Materialien aus dem Webshop

- Das Bauchabdruck-Set, bestehend aus:
  - o 2 x Alginat 3D Gel extra langsam, o 1
  - x Gipsbinde (5 Rollen x 2 m x 20 cm)
  - o 2 x 1,5 kg Set Acrylharz, 1 x 100 Gramm Verdicker für das Acrylharz, o 1 x
  - Triaxial-Glasfasermatte 1,25 m<sup>2</sup> o
  - Mischbecher 1900 ml, o
  - Mischeimer 5 Liter.
- Flachpinsel (+/- 5 cm breit) • Mixer für die Bohrmaschine

## Machen Sie sich bereit

- 1 Packung Watte (erhältlich in der Drogerie)
- Wasser 3000 ml (20-25 Grad Celsius)
- Schere
- Wage
- (Akku-)Bohrmaschine

## Vorbereitung

Zunächst wird die Watte aus der Verpackung genommen, gründlich auseinandergezogen und ausgelegt.

Decken Sie die Kleidung mit einer Plastikfolie, einem Handtuch oder einem Müllsack ab und nehmen Sie eine Position ein, die Sie problemlos 15 Minuten lang halten können. An die Tischkante gelehnt zu sitzen ist oft eine angenehme Position, die beibehalten werden kann.

Schneiden Sie den Gipsverband in etwa 60-65 cm lange Streifen. Schneiden Sie die Glasfasermatten (Triaxial) in Matten von +/- 25 x 50 cm.

Machen Sie auch mehrere kleinere Streifen, zum Beispiel 10 cm x 25 cm.



## Arbeiten

Bitte beachten Sie, dass das Alginat-3D-Gel und der Gipsabdruck eine Verarbeitungszeit haben. Dies ist die Zeit, innerhalb derer das Produkt vollständig verarbeitet sein muss. Wird diese Zeit überschritten, kann das Produkt nicht mehr optimal verarbeitet werden.

### Auftragen des Alginat-3D-Gels und der Watte

1. Nehmen Sie den weißen Eimer und leeren Sie die 2 Packungen Alginat-3D-Gel hinein.
2. Nehmen Sie 3 Liter Wasser mit einer Temperatur von 20–25 Grad Celsius und gießen Sie es vorsichtig und besonders langsam auf einmal in das 3D-Gel. Mischen Sie das Wasser innerhalb von 1 Minute mit einer Bohrmaschine mit Rührgerät in das 3D-Gel. Mischen, bis eine glatte Paste entsteht. Die Mischung nimmt nun eine leuchtend violette Farbe an. Mischen Sie nicht zu lange weiter, lassen Sie nach 1 Minute Mischzeit eventuelle Klumpen zurück.
3. Tragen Sie nun das Alginat-3D-Gel gleichmäßig auf den Bauch auf, bis dieser vollständig bedeckt ist. Das Alginat-3D-Gel kann vom Bauch ablaufen und ein Nachglätten erforderlich machen. Bevor das Alginat auszuhärten beginnt, drücken Sie die Watte in das Gel. Die Watte sollte teilweise aus dem Alginat-3D-Gel herausragen. Die Watte dient später als Verbindung zwischen dem Alginat-3D-Gel und dem Gipsverband.

### Anbringen des Gipsverbandes

4. Nach +/- 2-5 Minuten wird die Mischung steif und ändert ihre Farbe. Im Moment wieder das Alginat-3D-Gel vollständig blau ist, kann der Gipsverband angelegt werden. Befeuchten Sie die Streifen in einem Eimer Wasser und wringen Sie sie nicht aus, sondern lassen Sie sie 3 Sekunden lang über den Eimer Wasser tropfen. Versuchen Sie, so viel Gips wie möglich im Verband zu belassen. Tragen Sie die Pflasterstreifen kreuzweise über das Alginat-3D-Gel und die Watte auf, bis eine schöne Dicke entsteht. Lassen Sie es etwa 3 Minuten lang einwirken, damit es weiter aushärtet. Die Form ist nun fertig, aber fahren Sie direkt mit Schritt 5 fort.

### Auftragen des Acrylharzes

5. Entfernen Sie die Haube zusammen mit dem Alginat-3D-Gel vom Bauch. Ziel ist es, dass die Kappe und das Alginat-3D-Gel eine Einheit bilden ganz bleiben. Stellen Sie die Haube so auf eine Fläche, dass sie wie eine Schüssel aufrecht steht.  
  
Warten Sie nicht zu lange und beginnen Sie sofort mit der Verarbeitung des Acrylharzes. Wenn Sie zu lange warten, beginnt das Alginat-3D-Gel, Wasser abzustoßen.
6. Füllen Sie den 1900-ml-Mischbecher mit 1 Kilo Acrylharz-Pulver (B-Komponente) und geben Sie 0,5 kg Acrylharz-Flüssigkeit (A-Komponente) hinzu. Mischen Sie dies zu einer glatten Paste. Zum Schluss 25 Gramm Thixo A (Verdickungsmittel) hinzufügen. Alles vermischen nochmals kräftig rühren, bis eine Art Paste entsteht.

7. Bedecken Sie das Alginat-3D-Gel mit einer ersten Schicht Acrylharz, sodass es vollständig bedeckt ist (+/- 2 mm dick). Tragen Sie nun 1 Lage Glasfasermatten (Triaxial) auf das frische Harz auf. Dazu bedecken Sie die Matte (auf beiden Seiten) vollständig mit dem Acrylharz. Achten Sie darauf, die Glasfasermatten nicht vollständig durch die erste Schicht Acrylharz zu schieben, sodass diese von vorne sichtbar wird. Jetzt wird die gesamte „Hülle“ mit einer Deckschicht und 1 Schicht Glasfaser bedeckt. Verteilen Sie nun das restliche Harz aus der Schale über die aufgetragenen Matten, sodass diese vollständig bedeckt sind. Wichtig ist, dass das Acrylharz beider Schichten durch die Glasmatte verbunden ist. Lassen Sie diese nun 15 Minuten aushärten, bevor Sie den 2. Harzsatz vorbereiten und verarbeiten .

**Tipp: Reinigen Sie in der Zwischenzeit Pinsel und Mixbecher gründlich mit Wasser.**

8. Nach +/- 15 Minuten kann die zweite Schicht Acryl und Glasfaser aufgetragen werden. Mischen Sie erneut 1 kg Pulver mit 0,5 kg Flüssigkeit zu einer glatten Paste verarbeiten und 25 Gramm Thixo A hinzufügen. Mischen, bis eine schöne Paste entsteht. Bestreichen Sie die ausgehärtete Acrylschicht mit einer +/- 2 mm dicken Paste und bedecken Sie sie mit Glasfaser. Stellen Sie sicher, dass die Glasfaser vollständig mit Acrylharz bedeckt ist und keine trockenen Teile aufweist. Darauf das restliche Acrylharz verteilen, sodass es überall gleichmäßig dick ist.

Lassen Sie das Ganze nun +/- 1 Stunde ruhen, bevor der „Acrylharzbauch“ vom Alginat entfernt wird.

9. Nachdem das Alginat-3D-Gel und die Stützkappe vollständig vom „Acrylharz-Bauch“ entfernt wurden, kann mit der Nachbearbeitung begonnen werden. Das Harz eignet sich zum Schleifen, Bohren, Schleifen usw. Zum Aufhängen können an der Rückseite Haken oder Lamellen angebracht werden. Acrylharz haftet sehr gut auf sich selbst, auch wenn die erste Schicht bereits vollständig ausgehärtet ist. Platzieren Sie den Haken oder das Holzstück an der richtigen Stelle und verteilen Sie Acrylharz darüber. Lassen Sie das Ganze nun ausreichend lange einwirken, damit es vollständig aushärten kann.
10. Es wird empfohlen, 24 Stunden zu warten, bevor Sie die Form bemalen oder einer maximalen Belastung aussetzen.

Viel Glück und hab Spaß!