



# ΑΘΗΝΑ ΠΡΟΜΑΧΟΣ

## Athenea Promakhos

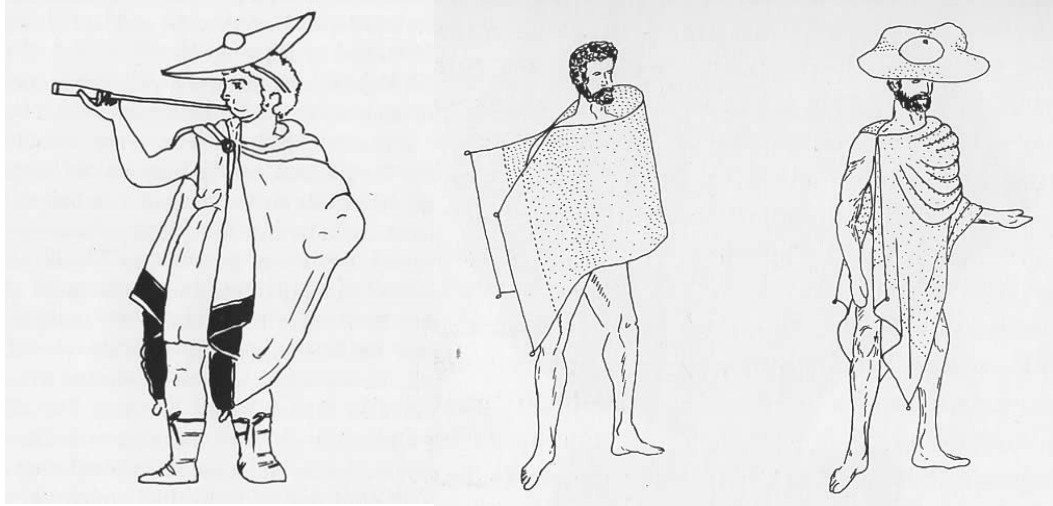
Grupo de recreación de la antigua Grecia



### DISEÑO DE UNA CLÁMIDE

La clámide era una capa que permitía más libertad de movimientos que el "himatión" o manto largo con el que se envolvía el cuerpo, por lo que era una prenda más adecuada para atletas y soldados, mientras que el himatión era empleado en la vida civil.

Para que pueda envolver bien el cuerpo no debería tener un ancho inferior a 180 o 200 cms. El largo puede variar según se desee que quede más o menos corta. Un largo de 135 cms. está bien en una clámide larga para una persona de 1'80 m. de alto.



### DISEÑO DE TUNICA CORTA (khitón)

El ancho de las piezas es de aproximadamente 100 cms. para que el "khitón" quede holgado, permitiendo toda clase de movimientos sin arremangarse y que caiga haciendo pliegues.

La longitud (X) del frontal debe ser aproximadamente de cuatro o cinco dedos desde encima de las rodillas, hasta el cuello.

El dorsal es 10 cms más largo que el frontal para que, al montar sobre la espalda y hombros, no suba por la parte de abajo más que el frontal.

Las zonas donde se cosen el frontal y el dorsal están marcadas por las líneas xxxxx

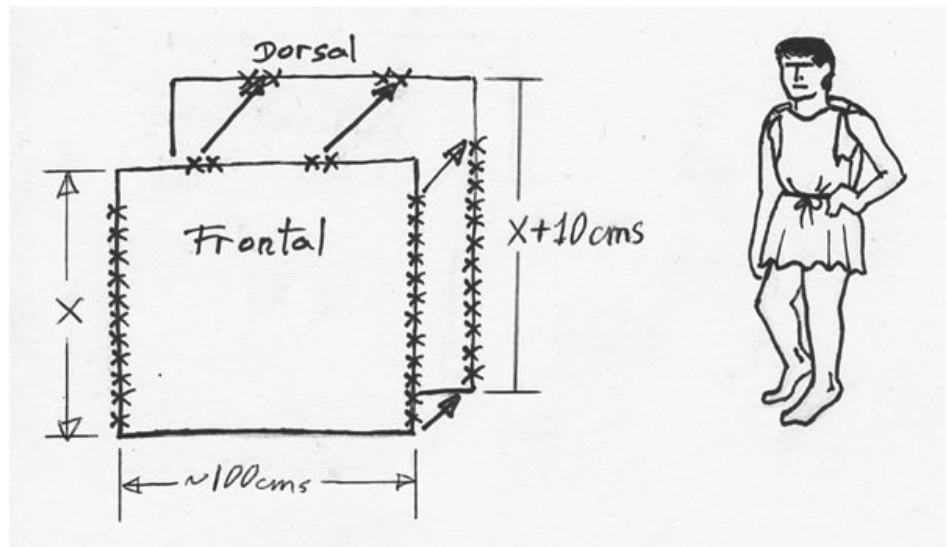
No se cose por los hombros hasta el extremo, cayendo las puntas por delante y por detrás, para permitir todos los movimientos sin que la túnica tire de ellos, lo que la haría subir por los costados. En contrapartida los costados se cosen casi hasta arriba, empezando desde abajo.

Las hombreras se pueden sujetar cosiéndolas o con broches.

En otra variante de khitón se cosen los hombros hasta el extremo y los costados hasta un poco más debajo de la axila. Si no se desea que, al subir el brazo, tire de la tela hacia arriba, se pueden arremangar los hombros hacia el cuello con unas cintas.

Las dos variantes se ajustan a la cintura con un cordón o un cinturón.

La tela debe ser de lino o en su defecto algodón u otro tejido de apariencia natural, sin rigidez y que tenga caída. Si se desea más caída de la tela y forzar los pliegues, se pueden coser a los bajos de la túnica pesos de plomo de los que se usan para la confección de vestidos. El color puede ser el crudo natural del tejido o cualquier otro que no sea estridente y también con aspecto de tinte natural. Se deben evitar las telas satinadas y aterciopeladas.





# ΑΘΗΝΑ ΠΡΟΜΑΧΟΣ

## Athenea Promakhos

Grupo de recreación de la antigua Grecia



### DISEÑO DE UN EXOMIS

Este diseño permite, si se viste sin doblarlo, utilizarlo como una prenda larga.

Si es suficientemente ancho (180 / 200 cms) permite, además de una plena libertad de movimientos sin que se abra por el costado y que caiga haciendo pliegues, cogerlo también con un segundo broche sobre el hombro derecho, convirtiéndolo así en un khitón corto o largo, según se vista doblado o sin doblar.

También se puede utilizar una pieza más corta (aproximadamente 100 cms.) para vestirla sin doblar.

Se ajusta a la cintura con un cordón o un cinturón.

La tela debe ser de lino o en su defecto algodón u otro tejido de apariencia natural, sin rigidez y que tenga caída. Si se desea más caída de la tela y forzar los pliegues, se pueden coser a los bajos de la túnica pesos de plomo de los que se usan para la confección de vestidos. El color puede ser el crudo natural del tejido o cualquier otro que no sea estridente y también con aspecto de tinte natural. Se deben evitar las telas satinadas y aterciopeladas.

