



ATELIER

## Sangle pour tapis de yoga (et étirements)

TYPE D'ATELIER Macramé

DURÉE 2h

ÂGE 12 ans et +

PARTICIPANTS Entre 4 et 8

DIFFICULTÉ  FACILE MODÉRÉ AVANCÉ

Cet atelier est zen! Un mouvement répétitif, le nœud. Une succession de nœuds vous permet d'entrer en transe, si vous êtes concentré sur ce que vous faites, ou vous permet un super moment de détente à jaser avec les autres participants, parce que votre corps va rapidement intégrer le mouvement. Le type d'atelier qui se fait bien accompagné d'un thé, un café ou autre breuvage festif! *(breuvage non compris)*  

Selon le niveau d'habileté manuelle des participants, une variante de nœuds, pour créer un motif, pourra être intégrée.

**MATÉRIEL FOURNI À CONSERVER** (Pour chaque participant)

- > Corde à macramé (5mm, 100% coton)
- > Deux anneaux de bois 

**MATÉRIEL PRÊTÉ LE TEMPS DE L'ATELIER**

- > Ciseaux
- > Ruban de masquage ("Masking tape")

*Les ateliers offerts par Momenciel sont des DIY version clé en main. Vous n'avez aucun matériel à préparer. Momenciel arrive avec le tout déjà prêt pour vous!*

**30\$\***  
par personne plus taxes

\*Tarif valide pour les régions desservies seulement, un frais de déplacement peut s'appliquer en région éloignée. Contactez-nous pour plus de détails.

  
**MOMENCIÉL**  
un temps pour créer

ATELIERS CRÉATIFS À DOMICILE  
Centre-du-Québec & Mauricie  
momenciel.com  
info@momenciel.com  
581 998-9694