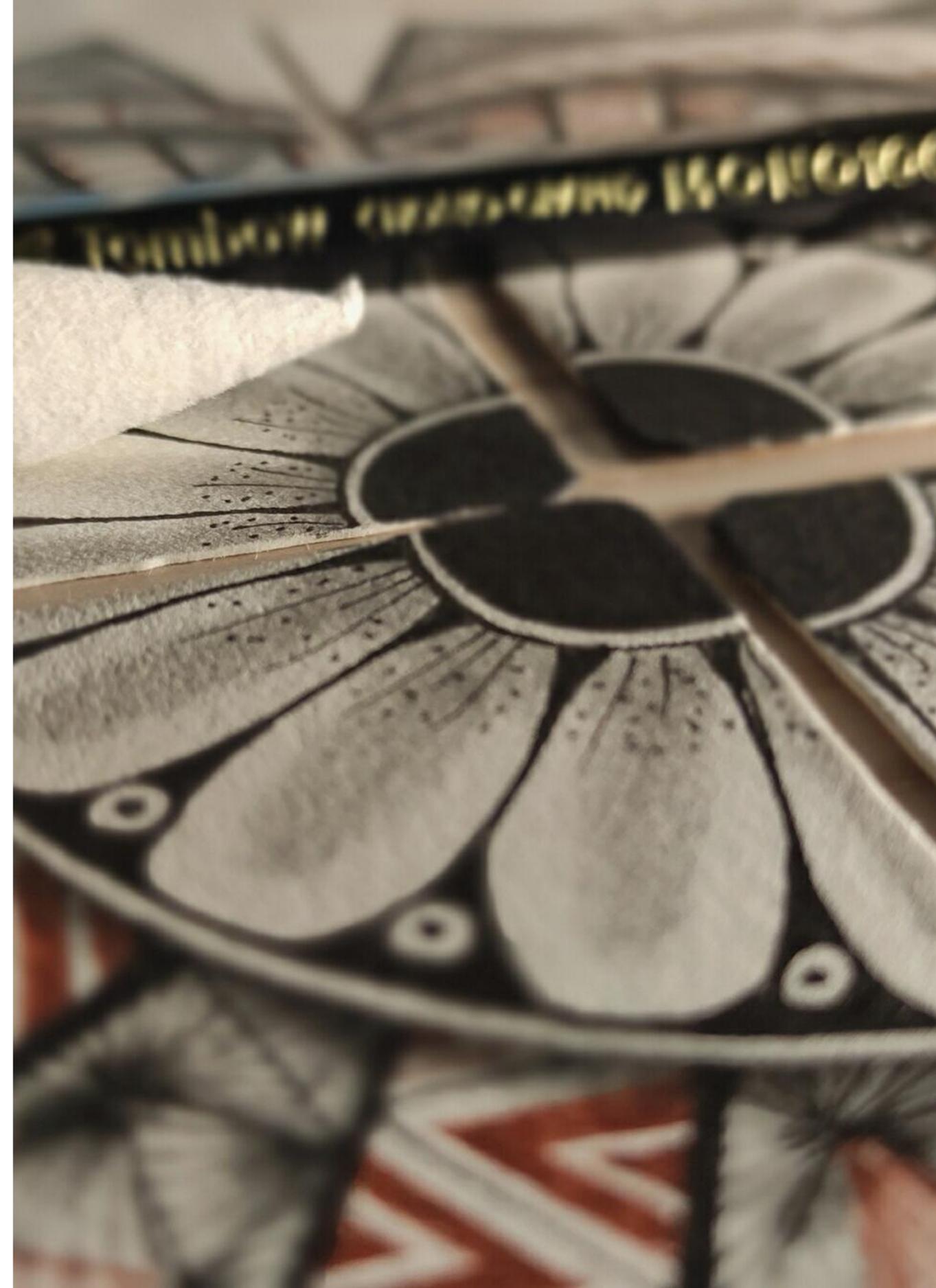


FIN DE SEMANA ZENTANGLE

14 Y 15 DE MAYO

Un fin de semana lleno de creatividad,
relax y bienestar





UN FIN DE SEMANA LLENO DE SENSACIONES Y EXPERIENCIAS

- **3 Talleres diferentes**
- **Técnicas y trucos diferentes en cada taller**
- **Aplicación y uso de diferentes materiales**
- **Música relax en directo. Sonido y vibración de los cuencos tibetanos en directo.**





¿QUÉ ES EL ZENTANGLE?

Zentangle® es un sencillo y divertido método de relajación, basado en el dibujo y la creación artística. Creamos patrones repetidos y estructurados utilizando 5 trazos muy sencillos, que cualquiera puede realizar: punto, círculo, línea recta, línea curva y línea doble curva

Utilizamos el dibujo como un medio, no hace falta tener ningún conocimiento previo. La repetición y combinación de esos sencillos trazos nos lleva en poco tiempo a un alto estado de concentración y atención plena. Por eso lo llamamos Yoga Mental.

El Método Zentangle fue creado en E.E.U.U. por Rick Roberts y María Thomas en 2004. El nombre hace referencia a la unión de las palabras ZEN – estado meditativo, y TANGLE- enredo, lío o reto a resolver





AGENDA

14 de Mayo

De 10:00h a 13:30h
ZENPOEMAS

14 de Mayo

De 16:30h a 20:00h
3Z EN RENACIMIENTO

15 de Mayo

De 10:00h a 13:30h
TODO AL ROJO



ZENPOEMA

14 de Mayo

De 10:00h a 13:30h

Es el taller estrella de el Último Tangle

Se trabaja sobre la página de un libro antiguo resaltando un texto personal.

Haremos una zengema y la decoraremos con varios tangles diferentes creando una pieza muy artística.

¡Te apetecerá enmarcarla!

El taller incluye todos los materiales

Polychromos Blanco y negro

Polychromos 3 colores diferentes

Pastel blanco

Lapicero

Gelly blanco



37 EN RENACIMIENTO

14 de Mayo

De 16:30h a 20:00h

En este taller trabajaremos con teselas triangulares, haremos 2. Si se completan 6, se puede formar un hexágono y hacer una figura hexagonal preciosa.

El taller incluye todos los materiales

Polychromos negro

Acuarelables 3 colores diferentes

Pastel blanco

Lapicero

Gelly blanco

Rotulador calibrado 01

Rotulador calibrado 02



TODO AL ROJO

15 de Mayo

De 10:00h a 13:30h

Trabajaremos en un zendala rojo, de 11.5 cms de diámetro.

Seguiremos las pautas de los mándalas, con trazos simétricos.

El color rojo es símbolo de buena suerte y fortuna en las culturas orientales.

Aprenderemos sombreado, quedan de lujo en las teselas rojas creadas por El Último Tangle

El taller incluye todos los materiales

Pastel blanco

Lapicero Creta

Ratulador Uni dorado

Rotulador calibrado





MÚSICA AMBIENTE RELAX Y BIENESTAR

Sonido y vibración con
Usue [@osayogui](https://www.instagram.com/osayogui).

CUENCOS TIBETANOS

Los cuencos tibetanos son instrumentos de curación, sanación, relajación y meditación, ayudándonos a establecer una vibración saludable en todo nuestro organismo, tanto a nivel físico, mental o psicológico, emocional y espiritualmente.



EL ÚLTIMO TANGLE



María Tovar

CZT/España

Primera profesora de Zentangle en España.

Titulada en MBSR (Reducción de estrés basado en Mindfulness)



Mercedes Pérez Crespo

CZT/España

Titulada en Diseño Gráfico e Identidad Corporativa

Titulada en Reducción de estrés basado en Mindfulness.

Máster en Coaching por Entheos



CONTACTA CON NOSOTROS Y RESERVA TU PLAZA

- Teléfono 945 12 84 00
- WhatsApp 602 21 69 47

