

# **BANC MÉDITATION/YOGA démontable !**

Banc en Chêne massif des forêts lorraines. Fabriqué localement et artisanalement, par François (Enseignant de Yoga et menuisier),  
**Chaque pièce est unique!**



En chêne massif de Lorraine, ce banc est poncé finement pour un toucher très doux. **Il est prévu pour une assise en diamant (vajrasana)**, c'est-à-dire que vous avez les genoux posés au sol, le banc calé sous les fesses, ainsi vos mollets passent à l'extérieur des pieds du banc de chaque côté, pour une grande liberté d'ajustement de la posture !

Le poids du corps est ainsi réparti entre vos 2 coups de pieds, vos 2 ischions et vos 2 genoux !

Une découpe soleil et lune, Surya et Chandra, sur les côtés de chaque pied symbolise le côté droit, masculin, solaire et le côté gauche, féminin, lunaire. **Ce banc est démontable !** Il suffit de déboîter chaque pied du plateau. Ce qui facilite grandement son transport (encombrement minimal : seulement 32cm X 16cm X 5cm de haut). L'encoche creusée sous chaque pied est finement ajustée pour un emboîtement optimal dans le tenon qui lui, est collé sous le plateau d'assise. Le plateau d'assise est découpé dans une forme de haricot très harmonieuse et féminine! Il est légèrement incliné vers l'avant, comme l'anatomie du bassin (1cm entre l'avant et l'arrière du plateau d'assise).

Sur demande, Il peut être lasuré, cirés ou cérusé. Il pèse environ 950gr + 150gr pour la brique de mousse de 2 cm d'épaisseur (facultative pour le confort!). Il mesure environ 32cm de long.

**PRIX : 55 Euros l'unité.**

Le même modèle peut être proposé avec les pieds fixés (vissés) sous le plateau pour 40 € l'unité! (sur demande).

**3 hauteurs de banc au choix : (à préciser à la commande au 06.76.56.45.40.)**

ॐ 16 cm pour 1 personne d'1m55 à 1m65.

ॐ 17 cm pour 1 personne d'1m65 à 1m75.

ॐ 18 cm pour 1 personne d'1m75 à 1m85.