

# SCOF'S COOL

présente

## « PAS CON IN FINE »

Pour se hisser au-dessus de la crise que nous subissons

L'école Scofienne (SCOF'S COOL) vous invite à bien utiliser votre temps pour ne pas devenir noeud-ucend.

Pour chaque jour des semaines à venir nous vous proposerons un Nœud différent.

Regardez, lisez, écoutez et surtout répétez plusieurs fois.

Prenez un bout de corde et exercez-vous.

À la fin (in fine) le CDS 91 vous offrira un stage Noeud et cerise sur le Cake il sera dispensé en anglais.

Alors ! Ready *pour la semaine 15 !*

Lundi : **Bowline Knot – le Père Lachaise**

<https://www.animatedknots.com/bowline-knot>

Mardi : **Poacher's Knot – le Bras Cogné**

<https://www.animatedknots.com/poachers-knot>

Mercredi : **Alpine Butterfly Loop – le Lépidoptère des Alpes**

<https://www.animatedknots.com/alpine-butterfly-loop-knot>

Jeudi : **Figure 8 Bend – les 2 Huitres Enlacées**

<https://www.animatedknots.com/figure-8-bend-knot>

Vendredi : **Double Fisherman's Bend – le Double Pécho**

<https://www.animatedknots.com/double-fishermans-bend-knot>

Samedi : *Repos et révision*

Dimanche : *Repos et révision*

See you next weeks for more !

Jusqu'au bout du conorama...