



**NANTES**

DU 19 AU 21 NOVEMBRE 2025

# la maille :

---

# niveau

---

# 3

---

*Cette formation vise à créer ses propres pièces en tricot, cette technique comprend une très grande variété de points et de possibilité de les associer pour créer des pièces en 2D et en 3D. En jouant avec les matières, les tailles des fils, les points, les combinaisons d'assemblage, les stagiaires développent une approche personnelle ouvrant la voie à de nouvelles perspectives dans leur propre démarche artistique.*

## PUBLIC

Cette formation s'adresse à toute personne engagée dans des pratiques artistiques professionnelles et qui souhaite intégrer dans sa pratique les techniques du tricot et du crochet.

## PRÉ-REQUIS

- Avoir une pratique avérée dans le champ des arts plastiques et dans un cadre professionnel
- Avoir un entretien téléphonique avec la formatrice en amont de l'entrée en formation pour détailler les attentes
- Avoir un niveau 2 en pratique de la maille (tricot et/ou crochet)

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Gagner en finesse, rapidité et régularité.
- Découvrir les techniques niveau 3 du tricot, la lecture de diagrammes complexes pour être autonome sur la réalisation d'un projet en 3D (niveau 3)
- Concevoir et réaliser un motif avec plusieurs points
- Adapter des modèles et/ou créer une pièce en 2D ou 3D

## CONTENU

*Les stagiaires se perfectionne à une seule technique : crochet ou tricot.*

### Jour 1 et 2 :

- Révision des abréviations, sigles, lecture de diagrammes et du

décryptage des indications de réalisation si nécessaire.

- Côtes et nopes niveau 3
- Torsades niveau 3
- Points ajourés niveau 3
- Jacquard, niveau 3
- Suivre un modèle niveau 3
- Apprentissage du tricot à plusieurs aiguilles droites (2, « , 4, 5 et 6) et utilisation des aiguilles circulaires et auxiliaires.
- Apprentissage du tricot en rond

### Jour 3

- Démarrage et accompagnement d'un projet personnel pour chaque stagiaire en vue d'être autonome et de le terminer après la formation.
- Révision des finitions
- Synthèse des apprentissages

## MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Alternance entre démonstrations techniques, temps de pratique individuelle et échanges collectifs. Elle se déroule au sein de l'atelier d'Hélène Duclos qui dispose de tout le matériel nécessaire pour le tricot et le crochet. Les supports pédagogiques et liste de fournisseurs sont fournis à chacun pendant la formation.

## ÉVALUATION

- Réalisation de plusieurs échantillons en tricot ou crochet
- Évaluation des apprentissages et questionnaire de satisfaction.

## FORMATRICE

*La formation est assurée par HÉLÈNE DUCLOS, diplômée de l'école Duperré en design textile. Elle développe depuis 25 ans un travail autour de la peinture, du dessin, de la gravure et pratique en parallèle la broderie, le tricot, la couture. Elle transmet régulièrement ces savoir-faire (broderie, peinture, pratiques textiles et arts plastiques) auprès de différents publics. Elle vit et travaille à Nantes depuis 2015.*

## INFORMATIONS PRATIQUES

### Durée

3 jours / 21 heures de formation

### Horaires

9h30-13h / 14h-17h30

### Effectif

2 à 3 personnes

### Frais pédagogiques

1260 euros H.T.

### Renseignements et inscriptions :

[formation@amac-web.com](mailto:formation@amac-web.com)  
0240485538

---

 Notre organisme de formation est doté d'un référent handicap qui peut étudier avec vous les différents aménagements de votre projet de formation.