FORMATION GARUDA APPARATUS B
Du 16 au 19 Mars 2023 à Nice

Le répertoire APPARATUS GARUDA vous apprendra une nouvelle façon d'enseigner les cours sur les Reformer, Cadillac et Wunda Chair. Frustré d'avoir besoin d'utiliser plusieurs machines différentes de Pilates, James a inventé : GARUDA APPARATUS. Il a travaillé avec des ingénieurs pour créer une machine aux multiples possibilités.

La platform est beaucoup plus large, elle s'ouvre au milieu, la chaise est attachée au bout et facilite le réglage des pulleys, slings, straps pour offrir des exercices et des mouvements à l'infini. Après cette formation vous pourrez aisément faire les mouvements sur les Reformer, Cadillac, Wunda Chair traditionnels mais la sensation ne sera pas là même.

OBJECTIF de la FORMATION :
Apprendre le répertoire sur APPARATUS GARUDA avec la chaise, les élastiques et les mouvements « hanging ».

LIEU :
FIT STUDIO, Le Loft Garuda Pilates,
4 rue Masséna, 06000 Nice ou en VIRTUEL

Les Horaires : (peuvent changer légèrement)
10h-13h / 14h30-17h30 Dimanche 9h-12h/13h-16h
PRIX : 1200€

HOTEL APPARTEMENT : AJOUPA, 4 rue Masséna, Nice 5ème étage
www.ajoupa.fr -15% code « fitstudio »

Accès online : aux vidéos, logo, photos pendant 2 ans avec l'inscription GARUDA TEACHER.