

## FORMATION GARUDA CHAISE (DHARA) du 28 au 30 Avril 2023 à Nice ou EN VIRTUEL

La Formation Chaise (DHARA) aide à prendre conscience de la méthode GARUDA, à comprendre les mouvements intérieur du corps et dans l'espace. Elle s'adresse également à un public spécifique (séniors, femme enceinte et rééducation).

Vendredi et samedi de 14h à 18h et le dimanche 9h-13h

**PRIX :**  
620€

**LIEU :** LE LOFT PILATES GARUDA  
4 rue Masséna, NICE 2<sup>ème</sup> étage  
Ou en VIRTUEL

**HOTEL APPARTEMENT :** AJOUPA,  
4 rue Masséna, Nice 5<sup>ème</sup> étage  
[www.ajoupa.fr](http://www.ajoupa.fr) -15% code « fitstudio »



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