

FORMATION GARUDA Seated and Standing 19 au 21 Avril 2024 à Ramatuelle ou en VIRTUEL

OBJECTIF de la FORMATION :

Apprendre les mouvements de la méthode GARUDA debout et assis avec des enchaînements et mouvements fluides, inspirés par le Yoga, le Pilates, le Tai Chi et la Danse ce qui procure un travail très complet et fonctionnel sur l'ensemble du corps.

LIEU : LE LOFT PILATES GARUDA,
118 Rue du Colombier, 83350 Ramatuelle
OU EN VIRTUEL

Total : 24h de formations

Jeudi-Samedi

10h-12h30/14h-17h30

Dimanche 9h-12h/13h-16h

PRIX : 1200€



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