



**FORMATION GARUDA APPARATUS SERIE 1**  
**4 au 7 Avril 2024 à Ramatuelle ou Live en Zoom**  
**avec Rebecca Mottin et Eva Winskill**

Le répertoire apparatus GARUDA vous donnera une autre façon d'enseigner les cours sur les Reformer, Cadillac, Wunda Chair. Frustré d'avoir besoin d'utiliser les machines différentes de Pilates ? James à inventé : GARUDA APPARATUS. Il a travaillé avec les ingénieurs pour créer une machine de multiples possibilités. Le platform est beaucoup plus large, elle s'ouvre au milieu, la chaise est attachée au bout, facilité le réglage des pulleys, slings, straps qui offre des exercices et mouvements à l'infini. Après cette formation vous pouvez faire les mouvements sur les Reformer, Cadillac, Wunda Chair traditionnelle mais bien sur la sensation n'est pas là même.

**Apparatus Serie 1** Apprendre le répertoire avancé sur Apparatus GARUDA, la chaise, élastiques et les mouvement « hanging »

**LIEU :**  
**FIT STUDIO, Le Loft Garuda Pilates,**  
**118 rue du Colombier, 83350 Ramatuelle**

**Les Horaires : (peut changer légèrement)**  
10h-13h/ 15h-18h dernier jour 9h-16h

**Prix : 1200€**

**Possible d'avoir un navette NICE AEROPORT-RAMATUELLE le Soir et le RetourDimanche après la formation**

**Pour hébergement contactez Eva**

**Accès online au vidéo, logo, photos.. pendant 2ans avec l'inscription GARUDA TEACHER**