

FORMATION GARUDA APPARATUS A Du 17 au 20 Octobre 2024 à RAMATUELLE Avec Eva Winskill

Le répertoire Apparatus GARUDA vous montrera une autre façon d'enseigner les cours sur les Reformer, Cadillac, Wunda Chair.

Frustré d'avoir besoin d'utiliser des machines différentes de Pilates, James a inventé : GARUDA APPARATUS. Il a collaboré avec des ingénieurs pour créer une machine aux multiples possibilités.

La plateforme est beaucoup plus large, elle s'ouvre au milieu, la chaise est attachée au bout pour faciliter le réglage des pulleys, slings, straps pour offrir des exercices et des mouvements à l'infini.

Après cette formation vous pourrez pratiquer les mouvements sur les Reformer, Cadillac, Wunda Chair traditionnelle mais la sensation ne sera pas là même.



OBJECTIF de la FORMATION :

Apprendre le répertoire sur Apparatus GARUDA Foundation A

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

Une navette est disponible de L'AEROPORT de NICE aller/retour - Contactez Fit Studio

HORAIRES :

Samedi : 10h-13h / 14h30-17h30

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

PRIX : 1200€

HEBERGEMENT : Contactez FIT Studio

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

