



Formation Pilates Reformer/Cadillac Niveau 3 et Wunda Chair Du 6 au 9 Février 2025 à Ramatuelle ou Virtuel



OBJECTIF DE LA FORMATION

Apprendre les mouvements de **Pilates Reformer** et **Cadillac Niveau 3**.

Analyser et pratiquer les mouvements, apprendre à rester en sécurité avec les différentes variations et modifications dans les exercices.

Apprendre les mouvements de **Pilates Wunda Chair**, analyser et pratiquer les différents mouvements.

Apprendre à rester en sécurité avec les différentes variations et modifications.

Pratiquer en groupe les mouvements avancés de **Wunda Chair**, observer enseigner un cours complet.

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

Une navette de l'aéroport de Nice à l'aller/retour. Contactez Fit Studio

HEBERGEMENT : Contactez Fit Studio

PRIX : 1 000€

SAS Fit Studio, Le Loft Pilates Garuda, 118 rue du Colombier, 83 350 Ramatuelle
N° Siret 37865091500077 / N° d'enregistrement: 93 83 03 59 683 / Code APE 9311 Z
Tel : 06 08 71 72 81 / Email : fitstudio@wanadoo.fr / www.fitstudio.fr