

FORMATION GARUDA APPARATUS SERIE 2
Du 5 au 8 Juin à Ramatuelle ou Virtuelle
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 2 est la suite de Apparatus Foundation donc minimum suivie Apparatus Foundation A. Ici nous ajoutons le Jumping Board, travaille debout avec et sans le chariot, le Box.....

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

Les Horaires : (peut changer légèrement)
Vendredi-Dimanche 10h-13h/ 15h-18h
Lundi : 9h-12h / 13h-16h

Prix : 1200€

Possible d'avoir un navette NICE AEROPORT-RAMATUELLE Jeudi Soir-Dimanche après la formation
Pour hébergement contactez Eva

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