

FORMATION GARUDA GHARA (BRIQUE)
Du 7 au 9 Novembre à Ramatuelle ou LIVE en ZOOM

OBJECTIF de la FORMATION BRIQUE (GRAHA):

Apprendre les mouvements du GARUDA avec les Briques. La brique améliorer le maintien et offre une autre dimension dans le travail musculaire.

Maximum 10 personnes !



Programme : 4h de formations par jour total : 12h (Vendredi et Samedi 14h-18h et Dimanche 9h-13h)

LIEU :

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

Une navette est disponible NICE L'AEROPORT matin et retour Dimanche Contactez Fit Studio

HEBERGEMENT : Contactez FIT Studio

PRIX : 620€

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