

## WORKSHOP • GARUDA : L'ART D'ENSEIGNER

### Avec Aurélien Peillex

mardi 16 juin 2026 — 14h00 à 16h30

mardi 23 juin 2026 — 14h00 à 16h30

mardi 30 juin 2026 — 14h00 à 16h30

Vous êtes professeur de Garuda et souhaitez aller plus loin dans votre enseignement ?  
Ce workshop entièrement en ligne est conçu pour vous.

“L'art d'enseigner” est une immersion complète, depuis chez vous, destinée à vous aider à développer un enseignement clair, structuré et impactant. Trop souvent perçu comme complexe à transmettre, le Garuda peut devenir fluide, accessible et puissant — à condition d'en maîtriser les clés.

Au cours de ce workshop, vous apprendrez à :

- Construire des cours complets, cohérents et efficaces
- Clarifier votre pédagogie pour mieux transmettre
- Donner des instructions simples, fluides et continues, sans casser le rythme du cours
- Mettre en valeur les principes fondamentaux du Garuda dans votre enseignement



#### Le format :

Trois sessions de 2h30 chacune (soit **7h30 de formation** au total), comprenant :

- Un cours complet pour pratiquer et intégrer
- Une partie théorique directement liée à la pratique et ponctuée d'exercices

#### Dates :

- Mardi 16 juin 2026 — 14h00 à 16h30
- Mardi 23 juin 2026 — 14h00 à 16h30
- Mardi 30 juin 2026 — 14h00 à 16h30

**Organisation :**

- La participation aux trois sessions est obligatoire
- Chaque session est enregistrée
- En cas d'absence, un replay vidéo sera mis à disposition

Nous travaillerons en profondeur sur :

- La structure d'un cours réussi
- La qualité de la transmission
- La fluidité du langage et des enchaînements

**L'objectif :**

Vous permettre de :

- Enseigner le Garuda avec confiance et clarté
- Différencier clairement le Garuda du Pilates
- Valoriser cette méthode dans vos cours et votre communication
- Vous démarquer en tant que professeur grâce à une technique solide
- Exploiter pleinement vos formations Garuda et votre potentiel

**Prérequis :** Avoir suivi au minimum une formation fondamentale en Garuda

**Matériel :** Aucun équipement ou machine nécessaire

**Tarif :** 290€ par personne

Possibilité de demande de prise en charge du financement sous certaines conditions.

Ce workshop est une opportunité de progression pour les professeurs qui ont suivi une formation Garuda ou plus. Objectif : devenir un meilleur enseignant, affiner votre pratique, et faire du Garuda une véritable signature dans vos cours.

**Inscriptions :** Contactez Aurélien tél : 06 59 02 63 92

**email :** [a.peillex@gmail.com](mailto:a.peillex@gmail.com)