



GARUDA®

The intelligent way to exercise

FORMATION GARUDA BARRE FOUNDATION avec Eva Winskill et Magnus Ringberg du 20 au 24 Novembre 2019

OBJECTIF de la FORMATION :

James a créé un travail contemporain avec la barre en utilisant tirer et pousser. En utilisant le travail GARUDA debout cela donne un travail haut et bas du corps pour un travail fonctionnel, la force, souplesse et équilibre.

LIEU : WE PILATES, 92 100 NEUILLY

PROGRAMME FORMATION BARRE :

A confirmer

5h par jour

Total 24h de formations 1 200€

ATTENTION MAXIMUM 8 Personnes !!

**Un mois gratuit accès online
au vidéo, vous sera offert
après chaque formation**

