



# GARUDA®

*The intelligent way to exercise*

## FORMATION GARUDA BARRE FOUNDATION avec Eva Winskill du 24 au 28 Avril 2019 à Toulouse

### 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 :** Studio Body Pilates, 5 Bd Carnot, 31 000 Toulouse

### PROGRAMME FORMATION BARRE FOUNDATION:

**Mercredi 24/4 Accueil 13h30**  
14h-18h

**Judi 25/4**  
9h-12h/14h-17h

**Vendredi 26/4**  
9h-12h/14h-17h

**Samedi 27/4**  
14h-18h

**Dimanche 28/4**  
9h-13h

Total 24h de formations 1 200€



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

SARL Fit Studio, Le Loft, 162 rue du Colombier, 83 350 Ramatuelle  
N° Siret 37865091500044 / N° d'enregistrement: 93 83 03 59 683 / Code APE 9311 Z  
Tel : 06 08 71 72 81 / Email : [fitstudio@wanadoo.fr](mailto:fitstudio@wanadoo.fr) / [www.fitstudio.net](http://www.fitstudio.net)