



GARUDA®

The intelligent way to exercise



FORMATION GARUDA Seated and Standing du 15 au 19 Mai à Ramatuelle

OBJECTIF de la FORMATION :

Apprendre les mouvements du GARUDA debout et assis avec des mouvements et enchaînements fluides, inspirés par le Yoga, le Pilates, le Tai Chi et la Danse ce qui procure un travail très complet et fonctionnel.

LIEU : FIT STUDIO, Le Loft Pilates, 162 rue du Colombier, 83 350 Ramatuelle

Mercredi 7/11	du 12h à 17h30 (30 minutes pause)
Jeudi 8/11	du 12h à 17h30 (30 minutes pause)
Vendredi 9/11	du 12h à 17h30 (30 minutes pause)
Samedi 10/11	du 10h à 13h et du 14h à 16h
Dimanche 11/11	du 9h30 à 13h30

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 / www.fitstudio.net