



GARUDA®

The intelligent way to exercise

FORMATION GARUDA Seated and Standing du 7 au 11 Avril 2021 à Nice

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 : LE LOFT PILATES GARUDA, 4 rue Masséna, NICE 2^{ème} étage

HOTEL APPARTEMENT : AJOUPA, 4 rue Masséna, Nice 5^{ème} étage www.ajoupa.fr -15% code « fitstudio »

PROGRAMME :

Mercredi-Samedi 11h-13h30 / 14h30-17h
Dimanche 9h-13h

Total 24h de formations 1 200€
ou sur ligne -25% = 900€

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

