



**GARUDA**<sup>®</sup>  
*The intelligent way to exercise*



## **FORMATION GARUDA APPARATUS SERIE 1**

**Du 2 au 6 Juin 2021 à NICE avec James d'Silva**

Le répertoire apparatus GARUDA vous donnera une autre façon d'enseigner les cours sur les Reformer, Cadillac, Wunda Chair. Frustré d'avoir besoin d'utiliser les machines différentes de Pilates ? James à inventé : GARUDA APPARATUS. Il a travaillé avec les ingénieurs pour créer une machine de multiples possibilités. Le platform est beaucoup plus large, elle s'ouvre au milieu, la chaise est attachée au bout, facilité le réglage des pulleys, slings, straps qui offre des exercices et mouvements à l'infini. Après cette formation vous pouvez faire les mouvements sur les Reformer, Cadillac, Wunda Chair traditionnelle mais bien sur la sensation n'est pas là même.

**Apparatus Serie 1 est la suite de Apparatus Foundation donc minimum suivie Apparatus Foundation A**

**LIEU :**

**FIT STUDIO, Le Loft Garuda Pilates,  
4 rue Masséna, 06000 Nice**

**Les Horaires :**

Mercredi-Samedi 11h-13h30 / 15h-17h30  
Dimanche : 9h-13h

**Prix : 1200€**

**HOTEL APPARTEMENT : AJOUPA, 4 rue Masséna, Nice 5<sup>ème</sup> étage [www.ajoupa.fr](http://www.ajoupa.fr) -15% code « fitstudio »**

**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)