



total freestyle

PLANNING FORMATION PILATES

**Pour chaque formation,
je choisis mes dates**

1

Pilates Matwork 1

- Visio : le 28-29 Octobre + le 11-12 Novembre 2023
- Paris : le 01-02-03 Décembre 2023
- Paris : le 01-02-03 Mars 2024

2

Pilates Matwork 2

- Paris : le 08-09 Décembre 2023
- En visio : le 12-13-14 Janvier 2024
- Paris : 13-14 Janvier 2024

3

Pilates Matwork 3

- Paris : le 10-11 Décembre 2023
- En visio : le 15-16-17 Mars 2024
- Paris : le 01-02 Juin 2024

4

Pilates petit matériel

- Paris : le 14-15 Octobre 2023
- En visio : 03-04-05 Mai 2024