

SWISSBODY® Pilates Academy

2019 WORKSHOPS CALENDAR

SWISSBODY® PILATES ACADEMY WORKSHOP PROGRAMME:		
Workshop 1	Swissbody Resistance Band Training Given by Susan Pepper Arena	16 th March (6 hours)
Workshop 2	Pilates and Pregnancy Given by Florence Gandillon	13 th April (6 hours)
Workshop 3	The Art of Observation Given by Giuseppe and Susan Arena	18 th May (8 hours)
Workshop 4	Feet and the Jump Board Given by Markus Siegenthaler	22 nd June (6 hours)
Workshop 5	Pilates and the Magic Circle Given by Markus Siegenthaler	28 th September (6 hours)

SWISSBODY® Pilates Academy

CALENDRIER DES ATELIERS 2019

LES ATELIERS PROPOSÉS PAR LA SWISSBODY® PILATES ACADEMY :		
Atelier 1	Le travail de résistance avec bande élastique selon Swissbody Donné par Susan Pepper Arena	16 mars (6 heures)
Atelier 2	Pilates pour femmes enceintes Donné par Florence Gandillon	13 avril (6 heures)
Atelier 3	L'Art de l'Observation Donné par Giuseppe et Susan Arena	18 mai (8 heures)
Atelier 4	Les Pieds et le "Jump Board" Donné par Markus Siegenthaler	22 juin (6 heures)
Atelier 5	Pilates et Magic Circle Donné par Markus Siegenthaler	28 septembre (6 heures)