



FITSPRO BODYMIND

PRÉSENTE

INHALEXALE 2017

02
03 SEPT.

11^e édition de la convention Pilates
Vitam' Néydens - France

www.fitspro-events.com/convention-inhalexale

FITSPRO



EDUQUA

PROGRAMME DE LA CONVENTION

LA SCIENCE AU SERVICE DU MOUVEMENT, COMPRENDRE POUR MIEUX EXÉCUTER !

Pour cette 11^{ème} édition nous souhaitons élargir notre champ d'exploration et vous avons concocté un programme au fait des nouvelles tendances wellness et de l'entraînement fonctionnel !

L'occasion unique de découvrir toute l'étendue de concepts innovants et tournés vers le futur...

GARUDA™

UNE « SUCCESS STORY » ANGLO SAXONNE ! "BECAUSE MOVEMENT IS OUR PRAYER, OUR ETERNAL PRAYER"

Dans la mythologie hindouiste, Garuda est un oiseau sacré qui a le pouvoir de changer sa forme à volonté. Ce nom se prête parfaitement à cette méthode hybride développée à Londres en 2009 par James D'Silva (né en Inde à Goa) tant dans sa versatilité, sa flexibilité que par sa précision de mouvements.

Combinant harmonieusement les principes du Pilates, de la respiration contrôlée du yoga et l'athlétisme de la danse et du ballet, cette méthode est la réponse à tous ceux qui souhaitent un entraînement plus complet mixant force, souplesse et endurance.

Programme présenté par Eva Winskill Master Trainer Francophone : Standing Matwork, GARUDA Barre, GARUDA Foamroller.

SPIRALDYNAMIK®

Spiraldynamik® est un concept fondé par le docteur Larsen sur l'anatomie tridimensionnelle et de la coordination du mouvement humain. Il a été conçu après 15 années de recherche intensive par une équipe interdisciplinaire, et offre un savoir faire innovateur en thérapie, pour l'entraînement et le quotidien.

Ce Programme sera présenté par Monica Fischer Straub Master Trainer.

B.R.I.S® (Body Re-Integration System) LA CORRECTION IMMÉDIATE !

Body Re-Integration System est une approche globale qui cible plusieurs mécanismes de contrôle du corps assurant un résultat immédiat et durable sur l'entraînement, et accélère le progrès thérapeutique et fonctionnel des clients.

BRIS créé par Gabor Fuzy s'articule autour de 4 modules, et cible des mécanismes de contrôle différents:

- Module neuromusculaire,
- Module fascia thérapie,
- Module musculo-squelettique,
- Module hormonal

Le but est d'identifier la source du problème grâce à la méthode MSTM (Mouvement, Force, Test, muscles, fascias, tissus conjonctifs) est généré le déséquilibre, la Tension.

DÉTAILS DES SESSIONS - SAMEDI

› WORKOUTS | 08:00 - 08:55

SESSION 1 - FLOW BAR CLASS

Sónia Abrantes

Inspiré de la danse classique, du Pilates et du functional training, Flow Barre by Lebert est un cours complet, énergique et destiné à améliorer l'alignement postural, renforcer le centre et développer la coordination motrice.

De par son expérience de danseuse professionnelle de ballet et d'enseignement approfondi de la méthode Pilates, Sonia Abrantes alternera les meilleurs exercices de barre et au sol et de Pilates pour créer des séquences originales et intenses sur la barre Lebert Fitness.

› WORKOUTS | 08:00 - 08:55

SESSION 2 - LE CLASSIC MAT REVISITÉ

Ann McMillan

Une approche fonctionnelle et certaines recommandations pour prévenir les méfaits de la sédentarité sont intégrées au mat workout. Ann propose une synthèse de l'art et la science du mouvement dans cette séance de Pilates mat classique. Recommandez pour bien débuter la journée !

› CONFÉRENCE | 08:00 - 10:00

SESSION 3 - COACHING MENTAL:

Gestion du stress et des émotions,

Astuces et techniques

Sylvain Baert

› WORKSHOPS | 09:00 - 10:30

SESSION 4 - B.R.I.S

Gabor Fuzy

(Body Re-Integration System) it is a unique concept giving you an amazing set of tools and view of concept to understand and help your client achieve rapid improvement in pain, mobility, strength. Sometimes it is as fast as 1 minute to take away chronic pain...!

› WORKSHOPS | 09:00 - 10:30

SESSION 5 - SPIRALDYNAMIK: TRUNK, RIBS & SHOULDERGIRDLE

Monica Fisher

What does anatomy tell us about this dream team? How can we move and connect all of them together for their best?

An introduction will help us to understand the new movement and therapy concept of Spiraldynamik® as well as the overlying principles we work with.

Then, we explore how the ribs move. Where they close and open up and give space to the lungs. How do they support the shoulder girdle? And through which 3D movement can the shouldergirdle balance itself and rest? Where do we as a society still have a lot of potential? This workshop is practical and will at the same time engage your brain cells

› **WORKSHOPS | 10:45 - 12:15**

**SESSION 6 - TENSEGRITY MATWORK
WITH NO PROPS**

Elizabeth Larkam

the interplay of tension and compression in the body. Without props, just mat

› **WORKSHOPS | 10:45 - 12:15**

**SESSION 7 - LA RESPIRATION ET
LA STABILITÉ PELVIENNE
(Avec élastiques Sveltus)**

Ann McMillan

Matériel : élastiques sveltus, tapis

Les principes de base du Pilates, tels que le contrôle et la précision du mouvement, aident à améliorer la synergie de la respiration et du gainage. Au cours de cette atelier, nous analyserons le tandem respiration-gainage en lien avec les exercices mat Pilates. Ce processus vise à mieux concevoir les forces agissantes sur le tronc et le bassin afin de pouvoir aider nos clients à accroître leur stabilité pelvienne.

› **LUNCH SESSION | 12:15 - 13:00**

**SESSION 8 - TRIGGERPOINT
PERFORMANCE THERAPY
Les dernières techniques**

David Cretin

Les techniques de compression myofasciale connaissent un engouement croissant. Lors de ce workshop, découvrez l'essence de la prise en charge Trigger Point Therapy: le testing avec MB5.

› **LUNCH SESSION | 12:15 - 13:00**

SESSION 9 - STEP UP YOUR CLASS

Ana Luís Martins

Utilisation du step dans un cours Pilates. Fun et original

› **WORKOUTS | 13:15 - 14:10**

**SESSION 10 - LE MAT LUDIQUE AVEC
LE ROLLER !**

Ann McMillan

Matériel : ROLLER, élastique sveltus, mini ballon, tapis

« Si un jour j'échoue sur une île déserte, ce ne sera pas gênant si j'ai mon roller avec moi... », Ann McMillan. Le roller est l'accessoire le plus versatile, un incontournable qui permet de renouveler sans cesse les exercices mat Pilates. Un favori ! Nous vous proposons un workout ludique tout en spirale, en rotation, en recherche d'équilibre. Excellent pour s'énergiser et se détendre en fin de journée.

› **WORKOUTS | 13:15 - 14:10**

**SESSION 11 - FLUID SEQUENCE
IN PILATES**

Sónia Abrantes

une approche intermédiaire et avancée du mouvement et des transitions tout en fluidité

› **WORKOUTS | 13:15 - 14:10**

SESSION 12 - PILATES BY THE BOOK

Ana Luís Martins

Master Class avancée suivant l'ordre imposé par son créateur Joseph Pilates

› **WORKSHOPS | 14:15 – 15:45**

**SESSION 13 - FASCIA FOCUSED
MOVEMENTS THAT SUPPORT YOUR
UPRIGHT POSTURE**

Elizabeth Larkam

Although Pilates movement principles can be considered a subset of fascia oriented training, the design of Fascia-Focused Movement programs in the Pilates environment requires new consideration of all elements of Pilates program design. Research on fascia suggests new criteria for exercise sequencing, new choices of movement tempo and rhythm and different language for verbal cueing as well as clarification of the quality and direction of touch cues. An overview of the current research and publications on fascia in motion prepares Pilates teachers to apply these findings to the practice and teaching of mat, reformer and studio sequences. Videos of client case studies illustrate sequencing of Fascia-Focused Movement in the contemporary Pilates environment

.....

› **WORKSHOPS | 14:15 – 15:45**

**SESSION 14 - FUNCTIONAL PILATES
POUR PT**

Sónia Abrantes

For personal trainers who wants to approach their sessions to specific sports activities. Exploring the physical needs of the activity (ex: running) the Pilates class should be prepared into that direction.

› **CONFÉRENCE | 14:15 – 15:45**

**SESSION 15 - COACHING MENTAL :
TECHNIQUES DE RESPIRATION ET
DE RELAXATION**

Sylvain Baert

.....

› **WORKSHOPS | 16:00 – 17:30**

**SESSION 16 - HEALTHY FEET,
HAPPY PELVIS**

Gabor Fuzy

This to segments are lot more connected than you would think. They have a huge impact on eachother and unless you target both, you missing out a piece of the cake.

.....

› **WORKSHOPS | 16:00 – 17:30**

SESSION 17 - MOVNAT & PILATES

David Cretin

"Joseph Hubertus Pilates, père de la contrôlogie...Erwan Le Core, père du mouvement naturel...un POINT COMMUN, une PHILOSOPHIE: le mouvement pour une vie saine.

Découvrez, sur la base des mouvements fondamentaux, la philosophie Movnat."

› **WORKSHOPS | 16:00 – 17:30**

SESSION 18 - SPIRALDYNAMIK &

YOUR FEET

Monica Fischer

Discover the construction of your feet in this introduction course of Spiraldynamik®. You will explore where a foot needs mobility and stability and where strength is needed. You will gain a deeper understanding on what is needed to roll, stand stable, bounce, push off – and in general to see what makes our feet stay or become healthy.

An introduction will help you understand the new movement and therapy concept of Spiraldynamik® as well as the overlaying principles we work with.

We have a close look at and into the longitudinal arch and the transversal arch of the foot. What amazing unique construction has Nature used for our feet in order to stand and move in a coordinated way – in order to carry us through life?

This course is rich in information about anatomy and practical at the same time. We engage our brains and the whole body to feel how we can inhabit our feet at their best and where we can integrate this into the world of Pilates and everyday life.

› **WORKOUTS | 17:40 – 18:30**

SESSION 19 - BODY RE-INTEGRATION

Gabor Fuzy

It is a workout incorporating «functional» movement patterns targeting the fascial, arthrokinetic and muscular chains to correct them and re-integrate them into a better functioning system, to achieve a high stage of readiness, fullness and easiness.

.....

› **WORKOUTS | 17:40 – 18:30**

SESSION 20 - MAT SPECTRUM - REALLY BASIC TO REALLY ADVANCED

Elizabeth Larkam

Advance your understanding of how to build effective, engaging mat sequences that are simple yet not easy, challenging yet not complicated. Learn when each prop can be used to improve function and when each is contraindicated. Props include the wall, ring, roller, balls rotator disc.

.....

› **CONFÉRENCE | 17:40 – 19:00**

SESSION 21 - PILATES RELAX & MEDITATION

Ana Luís Martins

Techniques pour introduire dans ses cours de Pilates des phases de relaxation, de méditation active. Idéal pour un recentrage sur soi-même

DÉTAILS DES SESSIONS - DIMANCHE

› WORKOUTS | 08:00 - 08:55

SESSION 22 - GARUDA WAKE UP

Eva Winskill

Le but de ce cours matinal est de réveiller ses sensations d'appuis, d'équilibre tout en stimulant la sangle abdominale, l'amplitude dans les articulations et la stabilisation grâce à des mouvements et enchaînements fluides, ludiques et efficaces

› WORKOUTS | 08:00 - 08:55

SESSION 23 - GET BETTER WITH MAGIC CIRCLES

Gabor Fuzy

This piece of original tool from Joe can greatly enhance your matwork movement if it is applied properly. In this fun workout you can explore on your own body this transformation process.

› CONFÉRENCE | 08:00 - 10:00

SESSION 24 - COACHING MENTAL : Initiation à la méditation de pleine conscience

Sylvain Baert

› WORKSHOPS | 09:00 - 10:30

SESSION 25 - SPIRALDYNAMIK & YOUR FEET

Monica Fisher

Discover the construction of your feet in this introduction course of Spiraldynamik®. You will explore where a foot needs mobility and stability and where strength is needed. You will gain a deeper understanding on what is needed to roll, stand

stable, bounce, push off – and in general to see what makes our feet stay or become healthy.

An introduction will help you understand the new movement and therapy concept of Spiraldynamik® as well as the overlaying principles we work with.

We have a close look at and into the longitudinal arch and the transversal arch of the foot. What amazing unique construction has Nature used for our feet in order to stand and move in a coordinated way – in order to carry us through life?

This course is rich in information about anatomy and practical at the same time. We engage our brains and the whole body to feel how we can inhabit our feet at their best and where we can integrate this into the world of Pilates and everyday life.

› WORKSHOPS | 09:00 - 10:30

SESSION 26 - LES APPUIS EN PILATES

Ann McMillan

Matériel : ACCÈS AUX MURS, ballons Suisses, tapis

La troisième loi de Newton dit que « Tout corps A exerçant une force sur un corps B subit une force d'intensité égale, de même direction mais de sens opposé, exercée par le corps B. » Ce sont ces doctes paroles qui nous guideront à travers cet atelier où la force provenant de nos appuis sera exploitée. Les appuis des mains, des pieds, du bassin et du crâne sur différentes sur-

faces seront exploités afin d'en extraire la force et la transférer à notre centre. Le sol, le mur et même les corps de vos confrères seront utilisés pour profiter des forces gravitationnelles qui nous entourent.

.....

› WORKSHOPS | 10:45 - 12:15

SESSION 27 - GARUDA STANDING

(yoga blocks)

Eva Winskill

Garuda Standing s'effectue debout à l'aide de blocks Yoga. Il se compose de séquences intenses. C'est un travail complet pour la force, la souplesse, l'équilibre pour se construire un corps tout en harmonie

.....

› WORKSHOPS | 10:45 - 12:15

SESSION 28 - SQUATOLOGY 101,

ALL ABOUT SQUATING

Gabor Fuzy

Squatting is one of the most functional movement, yet the most commonly poorly performed exercise. Here you will learn all you need to know about squatting and improvement technique to achieve a good form.

.....

› LUNCH SESSION | 12:15 - 13:00

SESSION 29 - PILATES HIIT CIRCUIT

David Cretin

Découvrez comment attirer de nouveaux clients en proposant une gamme athlétique de circuits Pilates: public visé principalement, les athlètes en fin de réathlétisation, et les personnes en recherche de sensations profondes et intenses.

› LUNCH SESSION | 12:15 - 13:00

SESSION 30 - PT REFRESH - COACHING

Sónia Abrantes

For personal trainers who took the formation while ago. Refresh the concept, postural analyses, evaluation of the client.

› WORKOUTS | 13:15 - 14:10

SESSION 31 - BALANCE PILATES ARC

Elizabeth Larkam

Enjoy this master of creativity and cueing as she guides you through exercises that will test your balance and challenge your core. This class includes some restorative exercises as well as many that will challenge you from head to toe and most of all it's fun!

.....

› WORKOUTS | 13:15 - 14:10

SESSION 32 - DANCE YOUR BALL

Ana Luís Martins

Un cours fun, fun, fun et chorégraphié en musique

› WORKOUTS | 13:15 - 14:10

SESSION 33 - LES PIEDS DES COUREURS

Ann McMillan

Matériel : petites balles (tennis ou trigger), roller, tapis

Lorsqu'elle est bien absorbée et redistribuée, la force de l'impact du pied au sol est une source d'énergie pour tout le corps. Un bon coureur saura en tirer profit. À l'inverse, un impact mal absorbé risque d'endommager les pieds du coureur mal positionné. C'est la zone la plus touchée par les inconforts et les blessures. Au cours de cet atelier, nous verrons des massages et des exercices simple et facile à concevoir. Ces derniers aideront vos coureurs à

relayer l'énergie du sol vers les muscles stabilisateurs du bassin afin d'optimiser leur performance et réduire les risques de blessure.

.....

› **WORKSHOPS | 14:15 – 15:45**

**SESSION 34 - GARUDA CHAKRAS
FOAM ROLLERS**

Eva Winskill

Le cours Chakra (ou symbolique de la roue énergétique) intègre les mouvements fonctionnels du répertoire Garuda avec foam roller pour délier le physique tout en engageant le mental.

.....

› **WORKSHOPS | 14:15 – 15:45**

**SESSION 35 - PLANIFICATION DES
ENTRAINEMENTS PILATES. APPROCHE
PHYSIOLOGIQUE ET DIDACTIQUE**

David Cretin

“Maîtriser le répertoire pilates est indispensable pour tout professionnel de la méthode. Depuis des années la science s’est invitée dans la méthode pour une meilleure compréhension du mouvement. David CRETIN, préparateur physique, vous donnera des outils de compréhension des notions de planification de l’entraînement. Sur la base d’une approche physiologique et didactique, vous pourrez mieux planifier, organiser vos séances pour faire progresser vos clients.”

› **CONFÉRENCE | 14:15 – 15:45**

**SESSION 36 - SPIRALDYNAMIK
KNEES & LEGS**

Monica Fisher

Discover the power and balance of your leg spiral and improve the smoothness as you walk .

An introduction will help you understand the new movement and therapy concept of Spiraldynamik® as well as the over-lying principles we work with.

We ask ourselves where we find the spiral in the leg and how it functions. How is it relevant for our moving and in which exercises can we integrate it into Pilates and everyday life? We will also discover how the knees are most shock absorbing and how different the sound will be as we walk „anew“.

.....

› **WORKSHOPS | 16:00 – 17:30**

**SESSION 37 - EMBRYOLOGY INFORMS
MOVEMENT EFFICIENCY, STRENGTH,
COORDINATION. HOW THE EYES,
TONGUE AND HANDS GUIDE YOUR MO-
VEMENT**

Elizabeth Larkam

Your body schema is a physiological construct created by the brain from the interaction of touch, vision, proprioception, balance and hearing. The muscle groups in your mouth and hands which are used in highly coordinated ways receive richer projections from your motor cortex than do less dextrous muscle groups like those in your back and hips. Transform Pilates mat exercises by directing your gaze, tongue and hands to make the exercises

more accurate, efficient, pleasurable and fun. This mat- based workshop will also use foam rollers and circles. Appropriate for all instructors.

.....

› CONFÉRENCE | 16:00 – 17:30

**SESSION 38 - COACHING MENTAL :
5 CLÉS POUR OPTIMISER LE BIEN-ÊTRE**

Sylvain Baert

INTERVENANTS

ELISABETH LARKAM- US

Cofondatrice de « Polestar Education », Master trainer « Balanced Body », Elisabeth est spécialiste en Fascia thérapie au Centre de médecine sportive, « Saint Francis Memorial Hospital » ou elle développe des protocoles pour l'orthopédie, la colonne vertébrale et les diagnostics de la douleur chronique. Outre son statut de mentor international formé auprès des enseignants « Elders », Elisabeth (Gold certified teacher par PMA) est aussi praticienne Feldenkrais®, Gyrotonic® et Gyrokinesis® instructor. Elle a rédigé le chapitre «Fascia oriented Pilates training» pour le livre «Fascia in Sport and Movement». Son livre «Fascia in Motion» à été édité en 2016.

ANN MC MILLAN - CA

Pionnière de la méthode Pilates au Québec, Ann McMillan fonde sa pratique sur l'art et la science du mouvement. Forte d'une carrière en danse à New York dans les années 1980 et d'une maîtrise en sciences de l'activité physique de l'Université de Montréal, Ann forme au sein de son institut nombre d'instructeurs Pilates chaque année.

ANA LUÍS MARTINS - PO

Ana Luis Martins formatrice au Pilates Institute Suisse, directrice du Centre de formation des instructeurs ALM, basé au Portugal. Véritable globe-trotter, elle intervient avec succès dans le monde entier. Elle souhaite mettre à disposition toute son expérience et sa passion durant cette nouvelle édition 2017.

SÒNIA ABRANTES - PO

Danseuse du Companhia Nacional de Bailado, la compagnie classique la plus prestigieuse au Portugal. Sonja poursuit sa carrière de danseuse en devenant par la suite Master Instructeur certifiée par Pilates Institute et ALM et en développant son Studio de personal training à Lisbonne. Sonia est en charge des programmes du personal training Pilates chez Pilates Institute et vient de se former au programme Spiraldynamik® à Zurich avec Christian Larsen , Monica Fisher Straub et Anna Schrefl.

GABOR FUZY- HU

Master teacher pour les programmes MK Pilates en Hongrie et en l'Europe de l'Est. Créateur du Fuzy Pilates Studios et du programme BRIS (Body Re-Integration System).Conférencier de renom dans le cadre du centre NASM PES (performance exercice specialist), Gabor s'est spécialisé dans le traitement des pathologies articulaires

MONICA FISCHER STRAUB - CH

Physiothérapeute à Zurich, praticienne certifiée Slings Myofascial Training®, Monica est aussi une grande spécialiste en Ortho-Bionomy® méthode Educative et thérapeutique regroupant un ensemble de techniques manuelles stimulant les réflexes du corps et déclenchant des processus d'auto-guérison.

« A glimpse into the life of... »

Selon Monica la qualité du mouvement est une question du cœur. C'est également la raison pour laquelle elle a choisi d'enseigner pour l'académie Spiraldynamik® et l'art du mouvement intelligent®. En tant que thérapeute et de nature curieuse elle aime s'appuyer sur la connaissance de la médecine classique pour mettre en lumière son propre enthousiasme !

EVA WINSKILL - SU

Instructeur de renom, Eva Winskill a découvert la méthode Pilates en 1981 à New York avec Romana puis à Londres avec Michael King et Alan Herdman. Missionnée par Michael King, elle développe la méthode Pilates Institute en France au FITSTUDIO (Ramatuelle). Lorsqu'elle rencontre James D' Silva en 2011 elle a enfin trouvé en GARUDA la technique qui correspond parfaitement à son corps. Depuis elle parcourt le monde pour dispenser cette méthode et ses cours remarquables !

DAVID CRETIN - FR

Formateur du Pilates Institute et responsable pédagogie
Gérant de la société Etkiya-move (personal training et formation sportive) Préparateur physique diplômé de l'université de bour-

gogne: Master en entraînement sportif, Master en management sportif..Préparateur physique avec une spécialisation en réhabilitation fonctionnelle (renforcée par deux années d'ostéopathie CETME Annecy) Trainer trigger point, TRX Movnat.

Sa Philosophie: « Pour comprendre le mouvement, il faut regarder autour de soi et en soi. La nature nous apporte tous les éléments de réponse à nos problématiques. Il faut juste accepter qu'un corps ne bouge que grâce à des os, des muscles, et de l'énergie, et ce dans les trois plans. La connaissance nous permet de mieux comprendre...comprendre nous permet de mieux intégrer le mouvement...et donc de mieux bouger pour mieux vivre! »

SYLVAIN BAERT - FR

Docteur en psychologie, sophrologue, relaxologue, préparateur physique et mental (Diplômé de l'Académie de psychothérapie de Paris 5e) Chargé de cours à l'Université (Lille 2) pour les Filières Licence, Master, DU Psycho du sportif et Yoga. Consultant et Intervenant de renom depuis plus de 10 ans auprès de diverses structures : Entreprises, Sportifs amateurs et professionnels, Coachs sportifs, (motivation, confiance en soi, gestion du stress, anxiété, concentration, mindfulness...) son plus grand souhait c'est de rendre désormais accessibles ces informations à un public plus large et à la recherche de ces informations à travers de nombreux webminars, séminaires et conférences internationales qu'il anime au quotidien.

INFOS PRATIQUES

LIEU ET ACCÈS: VITAM - NEYDENS

Un centre aquatique balnéoforme (forfaits accompagnateurs), galerie commerciale, nombreux restaurants, Hôtel sur place!

PARKING GRATUIT.

500, route des Envignes – 74160 Neydens –

Téléphone: +33 (0)4 50 84 66 66

Accès GPS: Latitude: 46°07.439'

Longitude: 6°05.652'

Depuis Genève – Lausanne: A1 direction France, sortie St-Julien-en-Genevois, 1km après la douane et direction Annecy/Cruseilles.

Depuis Lyon: A42 puis A40, direction Genève, sortie Saint-Julien-en-Genevois et direction Annecy/Cruseilles.

Depuis Annemasse – Chamonix: A40 direction Lyon, sortie Saint-Julien-en-Genevois et direction Annecy/Cruseilles.

HÉBERGEMENT SUR PLACE:

Hôtel Ibis Style (83 chambres)

Tél: +33 (0)4 50 49 80 36

CONDITIONS GÉNÉRALES & TARIFS

- Votre inscription est nominative et non cessible
- Votre inscription n'est validée qu'à réception de votre bulletin d'inscription qui engage la facturation
- Seul votre paiement fait foi pour bénéficier des tarifs préférentiels
- Aucun remboursement en cas d'annulation de votre part à moins de 10 jours
- La direction se réserve le droit de modifier le planning et les horaires si nécessaire. Vous en serez automatiquement informé
- Paiements en euro : uniquement par virement bancaire à réception de facture. Les chèques ne sont pas acceptés.
- Paiement par carte bancaire : Devise en CHF / Le taux de conversion en euro se fera le jour de la transaction.

TARIFS

1 journée: CHF 290.- / CHF 250.- Early Bird

2 jours: CHF 490.- / CHF 450.- Early Bird

Tarifs CHF (harmonisation avec la zone euro)

INSCRIPTIONS

En ligne www.fitspro-events.com/convention-inhalexale

Contact: Fitspro – 7a route suisse – CH 1295 Mies

Tél: +41 (0)22 779 10 62

Mail: info@fitspro.com

