



CHERS AMIS POLESTAR,

enfin l'été arrive et avec lui les nouvelles les plus chaudes de POLESTAR:



POLESTAR EXPERIENCE

24-25 novembre 2018 à Herne (Allemagne)

POLESTAR présente une expérience unique avec tous les sens qui va au-delà des exercices Pilates !

La science rencontre l'art rencontre le cœur !

Plus d'infos et mises à jour :

www.polestarpilates.fr ,

www.polestarpilates.de/en/polestar-experience-be-part-of-it/

ou sur Facebook :

www.facebook.com/polestareurope



POLESTAR calendrier 2018/2019

Vous pouvez retrouver **le planning de notre série de formation** comme d'habitude dans notre calendrier de cours en ligne :

www.polestarpilates.fr

ou

www.polestarpilates.de/en/calendar/

Les séries suivantes débuteront en 2018 :

Mat et Comprehensive

Paris Octobre 13-14

www.polestarpilates.de/en/courses/pilates-education-mat-paris-oct-2018/

www.polestarpilates.de/en/courses/pilates-education-comprehensive-paris-oct-2018/

Formation continue à Paris:

Formation Fascia 06/07/2019

Mat tricks 02/02/2019

Feldenkrais in Pilates - enrichir votre enseignement 27/04/2019

www.polestarpilates.fr



POLESTAR GATEWAY

GATEWAY Pilates est une introduction à la méthode Pilates en général et au concept POLESTAR en particulier. Avec cette introduction, vous trouverez le point de départ idéal si vous voulez approfondir votre expérience de pratique Pilates ou si vous voulez commencer une carrière de formateur Pilates.

Votre stage commence par une formation en ligne à la maison, puis se transforme en deux journées de pratique pour l'apprentissage en groupe.

www.polestarpilates.de/en/introductory-courses/

www.polestarpilates.de/en/courses/pilates-gateway-mat-maastricht-sep-2018/

Bientôt, il y aura aussi des dates pour la France.



ENFIN

Nous aimerions vous offrir à la lecture l'article d'Alexander Bohlander avec des conseils pratiques pour une santé durable : "10 Roll-Ups par jour, éloigne le médecin".

10 Roll Ups a day keep the doctor away

Nous nous occupons également de la protection de vos données. Retrouvez toutes les nouvelles ici : www.polestarpilates.de/en/privacy-policy/

Recevez le bulletin POLESTAR 4 fois par an : mises à jour des cours, informations spéciales sur les cours avec des présentateurs internationaux, événements à venir, nouveaux articles et rapports scientifiques et accès exclusif à des informations pertinentes sur le Pilates. **Ça vaut le coup !**

Si vous ne souhaitez pas recevoir d'informations de notre part, nous respectons vos souhaits, veuillez cliquer sur "*Unsubscribe / Abmelden / se désabonner*" en bas à droite.

Nous vous souhaitons un été ensoleillé !

Votre équipe POLESTAR



Copyright © 2018 POLESTAR Pilates Europa, All rights reserved.

[Krefelder Straße 18](#)

D - 50670 Köln - Germany



+49 221.167946-9

info@polestarpilates.de

www.polestarpilates.de



This email was sent to / Diese E-Mail wurde gesendet an alexander.bohlander@gmail.com

[Why did I get this? / Warum erhalte ich diesen Newsletter?](#)

[Update subscription preferences / Aktualisieren](#)

[Unsubscribe / Abmelden / se désabonner](#)