



PROFESSIONE Insegnante stretching e acrobatica di livello base

FORMAZIONE

2003:

All'età di 6 anni inizia il mio percorso sportivo nel mondo della ginnastica artistica, raggiungendo in pochi mesi il livello agonistico. Ho gareggiato in serie C fino all'età di 11 anni, quando ho dovuto smettere causa infortunio.

Tuttavia non ho mai rinunciato allo sport e ho sempre cercato di mantenere l'atleticità e l'elasticità grazie allo stretching, importantissimo per il riscaldamento dei muscoli, qualsiasi sia la disciplina praticata.

2015: Inizio ad insegnare nella palestra Step by Step stretching e acrobatica a bambini dell'età compresa tra i 6 ed i 15 anni.

2016: Continua la mia esperienza alla Step by Step insegnando alle mie allieve le basi dell'acrobatica e trasmettendo loro l'importanza dello stretching di riscaldamento, preparatorio a qualsiasi tipo di movimento e propedeutico sia ai piccoli che agli adulti.



COMPETENZE PERSONALI Atleta, ginnasta.

