

Elena Cozzi docente del Metodo Feldenkrais, Danza Contemporanea e Pilates
Età 52 anni

Diplomata nel 2000 come insegnante del Metodo Feldenkrais® presso l'Istituto di Formazione M. Feldenkrais, conduce lezioni di M. Feldenkrais in gruppo e individuali, sia presso il nostro spazio, sia in centri di psicomotricità e presso l'Istituto di Formazione Feldenkrais di Mara Della Pergola. Ha una formazione di base in danza classica e contemporanea stile Limòn e ha seguito il corso di formazione di Danzaterapia.

E' stata danzatrice del Gruppo Sarabanda, insegnante di danza contemporanea per adulti e bambini, docente alla scuola di Formazione in Danzamovimentoterapia A.P.I.D presso il Centro Sarabanda.

Si è formata nel Pilates col metodo Stott Pilates e dal 2008 tiene lezioni con tutte le attrezzature e a corpo libero presso lo studio BenessereinMovimento.

E' certificata dalla Pink Ribbon Program nella riabilitazione alle donne operate di tumore al seno.

E' insegnante certificata di Core Fitness Roller.

Ha studiato riabilitazione isometrica e kinesiologia per patologie lombo-pelviche.