

SONIA CONTI



FORMAZIONE ED ESPERIENZE LAVORATIVE

- Sonia Conti è un'insegnante di Yoga Integrale e Meditazione con approccio Anukalana, conseguito presso la Scuola *Samadi Yoga* di Firenze di Jacopo Ceccarelli, con formazione triennale
- Precedentemente si forma come istruttrice istruttrice di Fitness Musicale e Tonificazione presso la *FIF* per poi qualificarsi, sempre presso la stessa Federazione, come istruttrice di Pilates Matwork Base/Advanced/One to One integrando via via con master di qualificazione come Donne in Gravidanza, Piccoli Props, Piloga, Yogaflex ed altri nel corso del tempo
- Insegna da circa quattordici anni, ma la sua passione e il suo entusiasmo sono inesauribili!