

INFORMAZIONI PERSONALI

Nome LANZI ELEONORA
Telefono 348 - 3720383
E-mail eleonoralanzi@gmail.com
Nazionalità Italiana
Data di nascita 25/03/1992



Ho praticato, dall'età dell'infanzia all'adolescenza, ginnastica artistica a livello agonistico, entrando nella Nazionale Italiana con la quale ho partecipato a diversi incontri internazionali.

Successivamente sono passata all'atletica leggera, ottenendo ottimi risultati sia a livello regionale che nazionale con diversi riconoscimenti dal Comune di Parma.

Successivamente, a causa di infortuni, ho iniziato a lavorare come ragazza immagine in alcuni locali di Parma e provincia, partecipato a sfilate e concorsi di bellezza.

Nel 2012 mi sono diplomata presso l'Istituto Scientifico con indirizzo sportivo, "Pietro Giordani" di Parma, dove mi è stato rilasciato un brevetto di istruttrice motoria.

In seguito a un viaggio in America dopo la maturità ho conosciuto la tecnica del Pilates, diventando la mia grande passione.

Tornata in Italia a maggio 2015 ho ottenuto il certificato di Pilates Teacher, presso la "Covatech Pilates School" di Milano, prima scuola di Pilates nata in Italia.

Mi sono specializzata in grandi e piccoli attrezzi, quali Reformer, Cadillac, Step Barrel, Big Barrel, Chair, Magic Circle, Foam Roll e Therapy Band, e anche a corpo libero Matwork base, intermedio ed avanzato.

Sono laureata in scienze motorie presso l'Università Telematica "San Raffaele Roma".

In questi ultimi anni ho continuato ad aggiornarmi partecipando a vari Master di specializzazione nell'ambito del Pilates, Yoga e della ginnastica posturale. Questo per aumentare le mie competenze, sia nella gestione che nell'organizzazione di lezioni individuali come Pilates, Personal trainer, o di piccoli gruppi, per migliorare la mobilità articolare, il tono muscolare, la flessibilità, e una corretta postura, sia per una clientela che vuole tonificare e tenersi in forma ma anche per una clientela affetta da paramorfismi e dismorfismi del rachide o atleti.

Da settembre 2015 lavoro presso lo Studio Covatech Pilates "Namastè" di Parma.