

C U R R I C U L U M “ O L I S T I C O ”

PILATES AND YOGA TEACHER, STUDIO OWNER

Sono insegnante di Pilates e Yoga, formatrice per Odaka Yoga e Personal Trainer.

Quando mi chiedono che lavoro faccio sorrido perché so che il mio è ben più di un lavoro, è studio e restare studentessa a vita, è opportunità di crescita costante, è dedizione e pazienza, è passione per l'essere umano e la sua espressione attraverso il movimento; ma soprattutto è cura. Per me il movimento è stato sopravvivenza, vita, incontro con l'ascolto profondo fin da bambina.

MEDITAZIONE – nel 2001 sono inciampata nella Meditazione dinamica, mi sono rialzata grazie ad essa e ho scomposto un po' tutto quello che pensavo fosse IO, fosse essere. Lì è iniziato un nuovo viaggio che forse aveva già un terreno fertile da cui partire ma è stato un acceleratore.

PILATES – ho iniziato a praticare Pilates nel 2001 per un infortunio alla colonna che stava diventando invalidante ed è stato amore a prima lezione. Nel 2009 mi sono certificata come insegnante Covatech Pilates.

YOGA – è stato un incontro successivo che mi ha riportato nel viaggio della meditazione in movimento che avevo iniziato molti anni prima. Dal 2012 Insegnante Odaka Yoga.

PERSONAL TRAINER – mi sono formata quest'anno per amor di completezza, per comprendere fino in fondo teorie dell'allenamento e riportarle nelle discipline che insegno e ampliare gli orizzonti

... Matricola a Scienze Motorie, per amore di studio e per passione.

Dal 2015 sono formatrice per la scuola Odaka Yoga nei Corsi di formazione insegnanti 250 ore e da quest'anno insegno in sede di formazione tecniche di Pranayama.

PRIMA DI TUTTO CIO' 20 anni nell'industria informatica e comunicazione ..

<https://www.linkedin.com/in/beatricemorello/>

JUST B! PILATES & YOGA STUDIO MAGGIO 2013	
STUDIO OWNER & PILATES & YOGA TEACHER	<ul style="list-style-type: none">• NEL 2013 HO APERTO JUSTB! YOGA & PILATES STUDIO• INSEGNANTE PILATES• INSEGNANTE YOGA• COORDINATRICE DEL CENTRO CHE HA UN TEAM DI 10 PERSONE
JUST B! PILATES & YOGA STUDIO OTTOBRE 2015	
ODAKA YOGA COLLABORAZIONE	<ul style="list-style-type: none">• DAL 2015 con i fondatori di Odaka Yoga formo insegnanti di Yoga nei corsi 250 ore

	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinatrice per l'Italia degli insegnanti • Coordinatrice del tutoring dei formandi e del team tutor
SPORT SENZA FRONTIERE COLLABORAZIONE OCCASIONALI	
DAL 2018	<ul style="list-style-type: none"> • Collaborazioni occasionali con Sport Senza Frontiere / Athlion in eventi di incentive aziendali – pilates, yoga, meditazione - per raccolta fondi e eventi gratuiti dedicati ai bambini – Yoga Bimbi
FREELANCE GENNAIO 2012 – MAGGIO 2013	
COLLABORAZIONI PILATES E YOGA	<ul style="list-style-type: none"> • Un anno di collaborazioni con Studi Pilates E Yoga continuative in Attesa di apertura Di Just B! • Un anno utilissimo di scambi e apprendimento di diverse modalità di insegnamento e gestione studi che mi ha arricchito tantissimo nella Definizione del mio progetto

S T U D I

BORSA DI STUDIO	<ul style="list-style-type: none"> • Borsa di studio 8° progetto per giovani creativi offerta da ASSAP e ASSOREL. Indirizzo Relazioni Pubbliche.
DIPLOMA DI MATURITA'	<ul style="list-style-type: none"> • Diploma di “Ragioniere Perito Commerciale Programmatore” 1988/89. 51/60 (Istituto E. De Nicola - Sesto San Giovanni (MI)).
OPERATORE SHIATSU 2011-2013	<ul style="list-style-type: none"> • Frequentati i primi due anni di scuola professionale operatore shiatsu – non ho frequentato l'ultimo anno. perché funzionalmente mi interessavano i primi due per approfondire la conoscenza del corpo, del rapporto corpo-mente-emozione e le sue dinamiche anche nell'ambito della medicina tradizionale cinese e non ero interessata a diventare Operatore a tutti gli effetti, non avrei avuto tempo e modo di dedicarmi totalmente come una professione così importante richiede avendo obiettivi differenti
PILATES	<ul style="list-style-type: none"> • Corso di formazione nel 2007 • certificazione nel 2009 • aggiornamenti costanti 2010-2021: pratico pilates dal 2001 e continuo ad aggiornarmi annualmente con gli aggiornamenti proposti dalla scuola CovaTech ma anche con corsi e masterclass (Garuda, Balanced Body)
CARDIOLATES	<ul style="list-style-type: none"> • Corso e certificazione 2014
MOTR	<ul style="list-style-type: none"> • Corso di MOTR nel 2019
ODAKA YOGA	<ul style="list-style-type: none"> • Corso e certificazione RYT 250 ANNO 2011 – 2012 • Moduli aggiornamento e certificazione 500 ore – 2012-2014

	<ul style="list-style-type: none"> • Tirocinio e assistenza ai corsi di formazione 2013-2015 • FORMATRICE per Odaka Yoga dal 2015 • Certificazione 760 ore formazione 2019
SCIENZE MOTORIE – ONLINE	<ul style="list-style-type: none"> • Ho iniziato il percorso a settembre 2020 di formazione accademica in scienze Motorie
PERSONAL TRAINER	<ul style="list-style-type: none"> • Certificazione Personal Trainer con Accademia Italiana Fitness – Aprile 2021

C U R R I C U L U M S P O R T I V O

INTRODUZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Ho praticato vari sport a livello amatoriale e pre-agonistico, lo sport ha avuto e ha una presenza importante ma soprattutto costante nella mia vita
ATLETICA 1979-1984	<ul style="list-style-type: none"> • 4 anni di atletica specialità 100 mt con varie gare a livello provinciale e giochi della gioventù nel 1983
PATTINAGGIO RITMICO A ROTELLE 1979-1983	<ul style="list-style-type: none"> • Scuola amatoriale presso associazione sportiva di Vico Equense (NA)
PATTINAGGIO SU GHIACCIO 1984-1985	<ul style="list-style-type: none"> • Pattinaggio ritmico GEAS Sesto San Giovanni • Nei due anni di pattinaggio oltre agli allenamenti 2-3 volte alla settimana 1 ora alla settimana di "infarinatura" di danza a supporto della danza su ghiaccio
PALLAVOLO 1983-1989	<ul style="list-style-type: none"> • Squadra della scuola (medie e superiori) tutti i tornei dei circuiti scolastici
1989-2000	<ul style="list-style-type: none"> • Attività di riabilitazione e attività sportiva soft in seguito ad un infortunio alla colonna (2 vertebre insaccate e scivolamento) palestra, nuoto, posturale
PILATES DAL 2001	<ul style="list-style-type: none"> • A livello amatoriale dal 2001 al 2006 prima in Via Algarotti (con Alessandra e Virginia) poi in Bicocca (sempre con Alessandra e Virginia)
YOGA DAL 2007	<ul style="list-style-type: none"> • Pratico Yoga dal 2007, Vinyasa Yoga, Power Yoga, Anusara Yoga, masterclass e corsi di vari stili per poi Approdare ad Odaka Yoga nel 2011 fino a diventare Teacher Trainer e continuando ad aggiornarmi
ALLENAMENTI DISCIPLINE VARIE	<ul style="list-style-type: none"> • Pratico per divertimento personale anche altre discipline per dare al corpo ritmo e schemi diversi, animal flow quest'anno, corsi di funzionale in passato

A L T R E I N F O R M A Z I O N I

LINGUE	<ul style="list-style-type: none"> • Inglese e francese: buona conoscenza, parlato e scritto. Entrambe le lingue sono state utilizzate quotidianamente in ambito lavorativo avendo avuto come riferimento sedi europee dislocate a Parigi e Londra. • Spagnolo: conoscenza scolastica .
CONOSCENZE INFORMATICHE	<ul style="list-style-type: none"> • Ottima conoscenza della piattaforma Windows e delle applicazioni Office; buona conoscenza della piattaforma Mac; buona conoscenza di programmi gestione immagini.

	<ul style="list-style-type: none">• Dimestichezza con il mondo internet (ricerca informazioni e strutturazione siti – no competenze tecniche).
HOBBIES	<ul style="list-style-type: none">• Viaggiare• Immersioni (dal 1993 – al 2000)• Leggere• Cucinare

Autorizzo la Vostra Società al trattamento dei miei dati personali ai sensi della legge 675/96