

Marta Mainieri

ANIMATRICE SPORTIVE
YOGA, PILATE

Après avoir pratiqué la danse pendant des nombreuses années, je me suis formée à l'encadrement de l'animation sportive.

Riche de mon expérience et de ma passion pour la conscience corporelle, je me suis rapidement orientée vers la pratique et l'enseignement du Pilates et du Yoga.



• 0656749700



• 9 Place Henri Raynier, 31300, Toulouse



• martajoy31@gmail.com



• Carte professionnelle : 03122ED0356

COMPETENCES

Animation et conception de cours pratiques et théoriques dans plusieurs structures associatives sportive de toulouse

- **Cours de Pilates**
debutant à avancé avec ou sans matériel
- **Cours de body zen**
Activité physique inspirée de plusieurs disciplines douces (Pilates, Yoga, Qi Gong...)
- **Activités cardio et renforcement musculaire**
Gym tonique, step, zumba, tabata, circuits training

FORMATIONS

- **Professeur de Yoga**, certifiée FNPY
fédération nationale des professeurs de yoga, Toulouse, 2023/2024
- **Professeur de Pilates au sol et sur appareils**
Formation certifiée qualiopi, Atelier Pilate, Toulouse, 2022
- **CQP ALS AGEE**
Certificat de Qualification Professionnelle
Animateur de Loisir Sportif,
2021 CREPS
- **Pratitienne en Santé Naturelle Ecole EIBE**,
Toulouse 2020:2021
- **Diplômée Instructrice Zumba**,
Paris 2016
- **Diplômée de danse classique, moderne et contemporaine**
Italie 2008