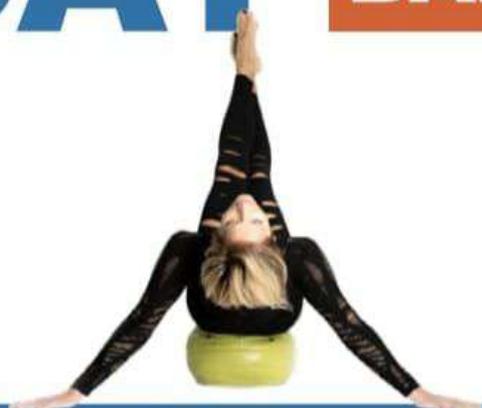


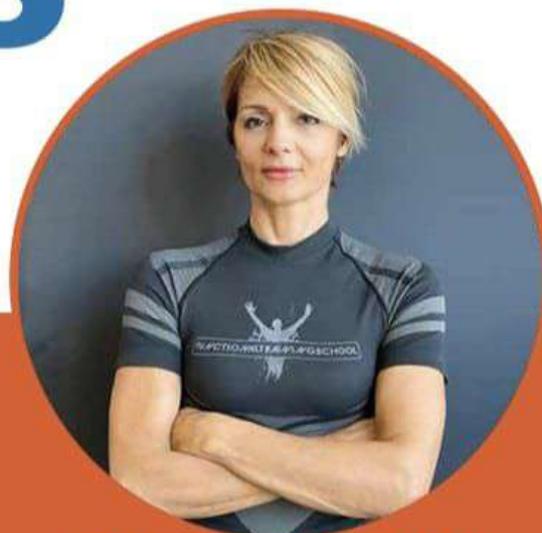
DOMENICA 26 OTTOBRE 2025

PILATES DAY **BARI**



PROGRAMMA

- **ORE 9.30**
Registrazione partecipanti
- **ORE 10.00**
Pilates Evolution: dai principi classici alla scienza del movimento
"Riscoprire la Contrologia con basi moderne di biomeccanica e neuroscienze".
- **ORE 11.30**
NeuroFascia Pilates: il nuovo dialogo tra cervello, fascia e movimento "Esplorare la connessione neuromiofasciale per un Pilates più fluido, consapevole e resiliente."
- **ORE 13.00**
Consegna attestati di partecipazione.



ESTER ALBINI
DOCENTE

Docente tra le più qualificate ed esperte a livello Internazionale. Co-fondatrice della Functional Training School e Fondatrice della Fascial Training School.

Con oltre trent'anni di esperienza nel mondo del movimento, Ester Albini è una pioniera nell'allenamento funzionale, miofasciale e Pilates miofasciale. La sua missione è rendere il benessere una realtà integrata per corpo e mente, creando innovazioni che nascono dall'incontro tra esperienza e formazione continua.

Ideatrice di metodi unici come **F.RE.E.** (Fascial Real Emotion), **Wood Pole®** e **BodyBall Relaxing**, Ester ha scritto sette libri e numerosi DVD, tra cui il recente "F.RE.E.: Fascial Real Emotion" (tradotto anche in inglese). Le sue creazioni educative sono riconosciute a livello internazionale, e il suo approccio unisce scienza, passione e curiosità.

Oltre a essere docente in varie scuole di formazione, Ester è anche una speaker internazionale e ha lavorato come responsabile tecnico in numerosi club e centri fitness.

Il suo continuo impegno nella diffusione di un movimento consapevole la rende un punto di riferimento per chi desidera esplorare nuove frontiere nel fitness e nel benessere.

VALIDO
come corso di
aggiornamento per
RINNOVO
QUALIFICHE 1°/2°
LIVELLO



PER INFORMAZIONI
E ISCRIZIONI:

NeveGive Up Aps Asd

Tel.: 080 524 0346

Cell.: 324 569 0918

info@nevegiveup.academy