

PI ATESHOME

Αλαμάνας 29
Βύρωνα, Αττική 16231
Ελλάδα

Τηλέφωνο: 6982246545

Είμαι η Νατάσσα Παπαδημητρίου και γεννήθηκα το 1982. Από μικρή ηλικία οι γονείς μου διέκριναν την αγάπη μου για τη γυμναστική. Από 3 ετών με έγραψαν στην ενόργανη γυμναστική, την οποία λάτρεψα μέχρι και τα 10 μου χρόνια. Στη συνέχεια με κέρδισε το ομαδικό άθλημα, μπάσκετ. Έπαιξα στην Δόξα Βύρωνος από τα 10 μου ως και τα 18 μου χρόνια, όταν αναγκάστηκα να σταματήσω έχοντας έναν τραυματισμό στο γόνατο. Η αγάπη μου όμως για την γυμναστική δεν με άφησε να τα παρατήσω. Έχοντας επισκεφθεί διάφορα γυμναστήρια ανακάλυψα το άγνωστο για εκείνη την εποχή, Pilates, το οποίο και με μάγεψε. Κάνοντας Pilates Yoga για αρκετά χρόνια, αποφάσισα πως αυτό με εκφράζει και θέλω να το ακολουθήσω επαγγελματικά στη ζωή μου. Σπούδασα στη σχολή studio one και διδάχτηκα την μέθοδο Pilates από κορυφαίους δασκάλους παίρνοντας την επίσημη διεθνή πιστοποίηση όλων των επιπέδων Pilates Mat και Pilates Equipment από τον κορυφαίο δάσκαλο 3ης γενιάς Alan Herdman. Ακολούθησαν συνέδρια, σεμινάρια και εκπαιδεύσεις για ειδική κατάρτιση, παθήσεις, μυοσκελετικούς τραυματισμούς, εγκύους και παράλληλα άνοιξε ο κύκλος στην εκπαίδευση της Yoga αποκτώντας το δίπλωμα της Yoga alliance 200h της Aerial Yoga, καθώς και η πιστοποίηση των Kangoo Jumps αλλά και του TRX. Δουλεύοντας επί χρόνια σε διάφορα studios και γυμναστήρια μαζεύοντας εμπειρία, πήρα την απόφαση να κάνω το όνειρο μου πραγματικότητα, ανοίγοντας το δικό μου studio Pilates για να μεταδώω όλα όσα

διδάχτηκα.Με στόχο μου να μεταφέρω την αγάπη μου για την άθληση, θέλω να προσφέρω στους ασκούμενούς μου, ασφαλή εκγύμναση προσαρμοσμένη στις ανάγκες τους ξεχωριστά στον καθένα.

Website 2: |

[Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα](#)

[Αποστολή Μηνύματος](#)