

Silvana Anastasi

INSEGNANTE DI DANZA MODERNA E PILATES

PROFILO

Le sue lezioni sono sempre contraddistinte da energia che viene comunicata attraverso la dinamicità. Cerca di spronare i suoi allievi ad interpretare diversi aspetti attraverso i passi di danza. Le sue coreografie si caratterizzano per la presenza di un costante flusso senza fine.

FORMAZIONE

- Danza Classica metodo Rad e Vaganova poi moderno e contemporaneo dal jazz a tecniche Graham.
- Cunningham, Roebana, Kylian. Diploma vocational graded examination in Dance Royal Academy of Dance advanced 2. level 4, QEF: LEVEL 5
- Certificato di Practitioner of Pilates Mat and Studio con la Polestar Pilates education
- Tecnico qualificato per l'insegnamento della danza riconosciuto a livello europeo rilasciato dall'AED.
- Attestato di Back Neck school 1 livello tenuto dal Prof. Benedetto Toso
- Attestato di FlyBoard basic tenuto da Gennaro Setola
- Attestato di Esercizio Correttivo, Advanced Training System Global training & Consulting Community
- Attestato di Fascial Fitness introduttivo
- Attestato di Tower e Springboard con Annamaria Vitali.
- Attestato di Fascia in Motion e Action con Annamaria Vitali.
- Attestato Pilates e Piede con Italian Pilates Academy



ESPERIENZE LAVORATIVE

- Coreografa: Pre/Show Emanuela Aureli "Ce la farò anche Stravolta" Teatro Salieri Legnago; evento MAWIM presso Roma.2 Legnago; ballerina e coreografa per lo spettacolo Teatrale "Il Gabbiano di Jonathan Livingston" con Regia di F. Vitali; Fotografando, Arcobaleno, Let's help, selezioni regionali Sicilia per Miss Italia, Radici di Ulivo, Danza e Pathos.
- Ballerina: Ballet Association di Sandra Giorgietti, portano in giro per la Sicilia spettacoli di danza contemporanea, per il concerto di Claudio Baglioni "Al centro" con coreografie di Giuliano Peparini Arena di Verona, per Palermo città dei 4 elementi Tribute to Romeo Gigli sotto l'alto patronato del Presidente della Repubblica, per il cortometraggio Fresh Fruit di Diane Busuttill vincitrice del premio "The taste awards.", per un evento al Teatro Massimo Palermo per la Valtur on the World, ballerina in una tournée presso i maggiori teatri italiani con la Compagnia Operetta Corrado Abbati "In Scena" per le opere "Cin cin la" e "Acqua Cheta".
- Insegnante Danza Modern presso varie scuole di Trapani, Verona e provincia.
- Insegnante di Pilates, Personal Trainer e di gruppo con Matwork presso varie società sportive e scuole di Trapani e Verona.

CORSI E CONCORSI

- Corsi: Riabilitazione e Recupero funzionale, somatic psoas; Creare sequenze studio, pilates sculpt, the body technique; Tecniche di contatto; Il mito dello stretching, nia workout e table top tone con mat; Patologie al ginocchio, lombalgia e tecnica posturale e flessibilità 3d di gray institute; Creative circle, creative matwork; Ballerini e il metodo Pilates, per la terza età e per bambini; Anatomia e biomeccanica, anatomia emozionale; Pilates per la scoliosi, stenosi, spondilolistesi, gravidanza, arti inferiori, cifosi.
- Continuamente si aggiorna sia con la danza e con il pilates frequentando stage con maestri internazionali, Convegni e workshop