

CONTINI MARIA PIA



Trainer multidisciplinare, con esperienza ventennale come personal trainer in palestra e on-line su piattaforme digitali.

Specializzata in discipline come Pilates, Ginnastica Posturale e Fitness metabolico.

Grazie all'esperienza maturata e al grande lavoro personale di studio e ricerca sulla funzione e disfunzione metabolica adattata al fitness, sia maschile che femminile, ha sviluppato dei protocolli di allenamento funzionali alla risoluzione di problematiche ormonali o legate alla menopausa.

Ha un approccio da "Personal Coach", motivante e stimolante per i suoi allievi, ma i suoi protocolli di lavoro funzionano anche su piccoli gruppi.

Maria Pia è disponibile, previo appuntamento presso ZerounoStudio, per colloqui preliminari e chiarimenti..

