

# GILBERT GILIBERTI

Ho lavorato per 10 anni presso centri fisioterapici e professionali tra cui "Studio Cova Pilates" dove mi sono occupato principalmente di lezioni di Pilates Matwork , attrezzi e macchinari, lezioni di tecniche corporee per il benessere psico-fisico tra cui Yoga e massaggio .  
Oggi sono il presidente dell'A.S.D. Body Sattva Milano dove lavoro.

## ESPERIENZE FORMATIVE RILEVANTI

### *Insegnante Pilates*

CSEN Coni: Diploma nazionale Insegnante Tecnico Pilates Matwork e Studio 2

PILATES INSTITUTE: Matwork e attrezzi . Specializzazione in One to One Personal programming, Reformer. Clienti speciali, terza età e gravidanza.

FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS: Diploma in Matwork , Matwork advanced, Reformer 1 e advanced, Cadillac ,Wunda Chair e Training Specialist, Pilates con Wood Pole.

POLESTAR: Formazione Studio (Matwork, Chair, Ladder Barrell, Spine Corrector, Reformer, Cadillac)

POSTURAL PILATES: Postural Reformer, Spring wall.

PILATES ITALIA (Stott): Intensive Chair, infortuni e riabilitazione, Reformer for men, Athletic conditioning.

In costante aggiornamento e formazione per passione.

### *Master e ulteriori specializzazioni*

CSEN – CONI: Diploma Nazionale in educazione motoria e posturale

STUDIO COVA DI MORINI B.: Certificazione Cardiolates instructor .

STUDIO 2000 DEL DOTT.R RAGGI: Operatore Stretching globale decompensato con Pancafit

WELLBACK SYSTEM: lavoro posturale su panca Wellback System

FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS: Master di P.N.F. Stretching instructor,

Master di Stretch and Strenght Concepts,

Master di Recupero funzionale spalla, ginocchio e caviglia.

ACSI-Non Solo Fitness: Diploma Nazionale in Fitness per la terza età

### *Insegnante Yoga*

Praticante Yoga dal 1997, in continua formazione, vista la vastità di tale disciplina, con approfondimento di metodi quali Hatha, Tantra, Iyengar, Asthanga, Vinyasa Flow, Tomatis, Kundalini.

SCUOLA SATYANANDA ASHRAM: Abilitazione all'insegnamento di Yoga, Pranayama e pratiche del metodo Satyananda.

CSEN Coni: Diploma nazionale Istruttore Hatha Yoga

ACSI: Diploma Nazionale Hatha Yoga per il fitness ambito ginnastica

FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS: Master Yoga-Pilates

### *Operatore del Massaggio*

CSEN Coni: Diploma nazionale operatore del massaggio.

T.D.R. Piero Sponza: Massaggio tecnico sportivo

Massaggio Classico, massaggio mio-fasciale, Ayurvedico, Linfodrenaggio, Antistress. Reiki.

### *Crescita personale e formazione in risorse personali e relazione d'aiuto*

CENTRO STUDI PIAZZA: formazione in Costellazioni Familiari di Bert Hellinger e tecniche di consapevolezza corporea.

LIVING ALIVE: assistente in seminari di Costellazioni Familiari e Sistemiche e Costellazioni Psicosomatiche e meditazioni guidate.

Interessato alla Nuova Medicina Germanica del Dott. Hamer. Collabora con Dottori e osteopati.

Diversi anni di esperienze formative nell'ambito della consapevolezza e della crescita personale con approcci differenti (bioenergetica, meditazioni statiche e dinamiche, tecniche di respirazione). Appassionato dell'aspetto energetico del corpo, ha esperienze di Shaolin Qi Gong, Tai chi e Wing Chun.