

# STEFANIA MERONI

Istruttrice di pilates e insegnante di yoga

## CONTATTI

---

Indirizzo: Vicolo Volta 4, 22031 Albavilla (Como)  
Data di nascita: 09/06/1974  
Cellulare: 3466205654  
E-mail: stefyfatomouso@gmail.com

Instagram: steffyoga  
Facebook: Meroni Stefania  
Sito web: www.jivayoga.it

## INTRODUZIONE

---

Stefania Meroni, diplomata in Lingue e fotografia arricchisce da sempre il proprio bagaglio con uno spirito appassionato dalla ricerca sull'espressività corporea. Studia per molti anni danza e musica Afro Malinke' tradizionale e contemporanea e si avvicina a discipline di svariati generi, quali lo Yoga, la Capoeira, il teatro-danza e l'arte della Performance.

Decide poi di intraprendere dei percorsi formativi per diventare insegnante Yoga e istruttrice Pilates.

Ama trasmettere la propria passione attraverso il suo lavoro dedicando molto tempo allo studio dell'anatomia e della postura.

Negli ultimi anni di dedica in modo particolare al perfezionamento del suo metodo 'beYOND Pilates', che racchiude il ritmo della danza, la funzionalità del Pilates e la spiritualità dello Yoga.

Ama viaggiare e plasmarsi nella cultura del posto. Parla un inglese fluente, il francese e possiede un grande spirito di adattamento.

## EDUCAZIONE, CERTIFICATI ED ESPERIENZA LAVORATIVA

---

1994 - 2000:

- Conclude gli studi scolastici diplomandosi al Liceo Linguistico F.Casnati (Como).
- Consegue un diploma di fotografia alla Scuola di Giuliana Traverso.
- Fa da assistente a Maurizio Galimberti (Polaroid Istant Artist).
- Vive a Londra per diversi anni e consegue il First Certificate.

2000 - 2008:

- Studia Danze e Percussioni tradizionali Malinke' con svariati maestri in Italia ed Europa, tra i quali Katina Genero e Kofi Koko.
- Insegna danza ed elabora progetti 'Pon' di Yoga indirizzati alle scuole; cura e crea spettacoli teatrali.
- Inizia il percorso di formazione Pilates e si diploma come Istruttrice Pilates ed Educatrice Posturale (FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS), conseguendo il diploma con Ester Albini e Luca Ruggeri.

- Si specializza in PILATES BASE, PILATES AVANZATO, PILATES PROPS, PILATES ONE TO ONE e PILATES PER PATOLOGIE.
- Segue privatamente dei maestri della 'True PILATES', affinando il metodo originale.
- Insegna Pilates in varie palestre e studi privati.
- Lavora in grandi alberghi prediligendo le isole con progetti stagionali.

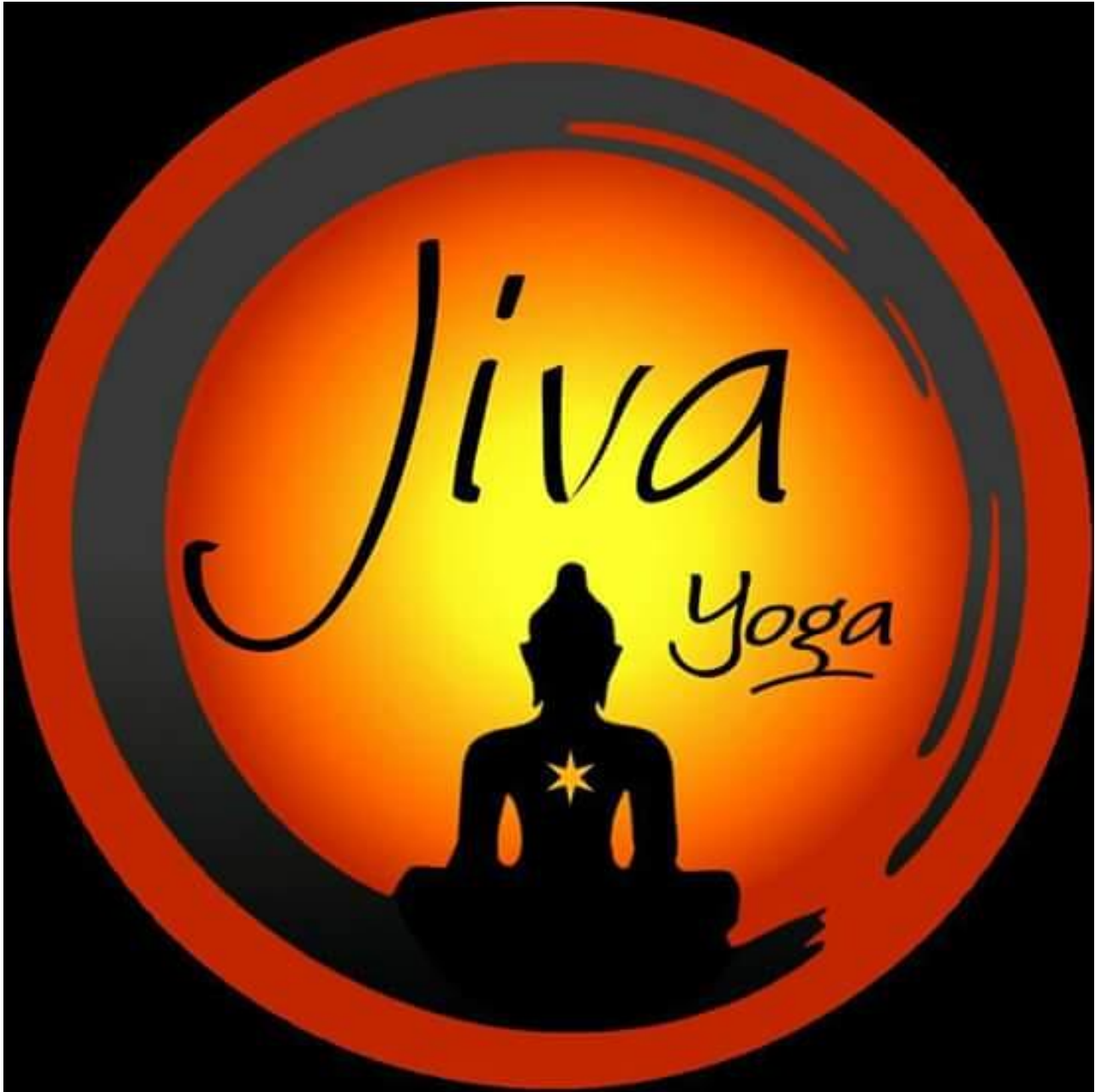
2008 - 2018:

- Intraprende un percorso Accademico per diventare Insegnante 'HATHA YOGA FLOW' presso Jiva Yoga A.S.D (CSEN & YOGA ALLIANCE- RYT 500)
- Diventa collaboratrice e docente presso l'Accademia di formazione Jiva Yoga.
- Collabora con maestri importanti a diversi progetti e diventa organizzatrice di eventi ([www.jivayoga.it](http://www.jivayoga.it)).
- Segue una clientela privata a domicilio.
- Collabora con 'Il Sereno del Lago di Como' (Torno) e con il "Casta Diva Resort&Spa" (Blevio).
- Crea il progetto Mytemple (installazione foto e video con performance) che racchiude il suo percorso ventennale di Vita, Pilates e Yoga ([www.andreaallevi.com](http://www.andreaallevi.com)).

## REFERENZE

---

- Bettina Pfaff (Jiva Yoga A.S.D): 00393382745302
- Casta Diva Resort&Spa (Blevio): 03132511
- Hotel Baia Turchese (Lampedusa): 0922970455











Photos by Andrea Allevi