




INFORMAZIONI PERSONALI

Laura Anzuoni

-  349 1522951
-  info@yogasomatico.it
-  www.yogasomatico.it

Sesso Femminile | Data di nascita 18/09/1975 | Nazionalità Italiana

POSIZIONE RICOPERTA

Insegnante di Yoga Somatico e Movimenti SomaticiESPERIENZA
PROFESSIONALE

-
- 09/2016 a data attuale **Insegnante di Yoga Somatico e Movimenti Somatici**
Centro Yoga PSICHE & CORPO, C.so Montecucco 116, Torino
 - 09/2016 a data attuale **Insegnante di Yoga Somatico e Movimenti Somatici**
HUB CECCHI POINT, via Cecchi 17, Torino
 - 09/2015 a 06/2016 **Insegnante di Yoga Somatico e Movimenti Somatici**
Centro Studi VAR, via Tofane, Torino
 - 09/2015 a 06/2016 **Yoga e Consapevolezza corporea per bambini nella gestione delle emozioni**
Spazio Tipot, Piossasco
 - 2010-2015 **Insegnante di Yoga Somatico e Movimenti Somatici**
Centro Yoga "Open Mind Center", Dublino
 - 2010-2015 **Insegnante di Yoga Somatico e Movimenti Somatici**
Presso la sede di "Arvato Finance", Dublino
 - 2010-2015 **Insegnante di Yoga Somatico e Movimenti Somatici**
"St. Joseph's school" (scuola per bambini ipovedenti), Dublino
 - 2009 **Insegnante di Hata Yoga**
Yoga Therapy and Training Center, Dublino

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

-
- 06/2016 **Corso Consapevolezza nella Relazione Insegnante-Studente**
YANI (Yoga – Associazione Nazionale Insegnanti), Torino
Corso teorico/pratico di Comunicazione nella relazione Insegnante-studente, seguendo l'approccio del Dr. Bhole e le tecniche di ascolto attivo.
 - 07/2013 **Align Somatics Exercise Coach (training 72hr)**
Align Somatics, Dublino
Corso teorico/pratico secondo i principi di Hanna Clinical Somatics
 - 06/2013 **Body Image and Body Schema (workshop 24hr)**
YogaYoga, Amsterdam
Workshop integrativo ai moduli del corso di formazione in Yoga Somatico, dedicato all'approfondimento dello Schema Corporeo contrapposto all'Immagine Corporea.

- 2012-2013 **Somatic Yoga (Corso pluriennale)**
 YogaYoga, Amsterdam
 Corso strutturato su piu' moduli per la formazione in Yoga Somatico, basato sugli studi di Donna Farhi e Bonnie Bainbridge Cohen, sull'Anatomia Esperienziale, sul movimento come forma di apprendimento e lo sviluppo degli schemi di movimento nell'embrione, nel bambino e nell'adulto (Developmental Movement Patterns)
- 07/2012 **Workshops and Clinic con Emy Matthews (48hr)**
 Dublino
 Due giorni di lavoro dedicati al ruolo del Diaframma e alla connessione con il "Core", secondo l'approccio di Mind-Body Centering, gli studi di Laban/Bartenieff e Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (PNF)
- 06/2011 **Workshop con Bonnie Bainbridge Cohen (24hr)**
 Dublino
 Workshop dedicato all'Anatomia Esperienziale del Sistema scheletrico e degli organi, secondo l'approccio Mind-Body Centering
- 10/2010 **"Moving from Within" con Donna Farhi (workshop 120hr)**
 YogaYoga, Amsterdam
 Workshop teorico pratico inteso ad esplorare e approfondire i principi dello schema radiale di movimento (Core-distal connectivity) e come riconoscere, attivare e mantenere questo schema di organizzazione di movimento per garantire maggiore fluidita' ed integrazione.
- 2009/2010 **Insegnante di Yoga 200hr Yoga Alliance certification**
 Yoga Therapy and Training Center, Dublino
 Corso biennale per insegnanti di Hata Yoga e Yoga Terapia.
 Riconoscimento Yoga Alliance.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	C1	C1	C1	C1	C1
Cambridge Advance Certificate					

Competenze comunicative Capacita' di gestire classi eterogenee scegliendo il registro di comunicazione piu' adatto per ogni persona e situazione.

Competenze organizzative e gestionali Capacità di progettare, svolgere e verificare un programma personalizzato, relazionandosi con membri dell'equipe, ma anche lavorando in autonomia.

Competenze professionali Competenze nell'insegnamento dello Yoga e dei Movimenti Somatici, Bioenergetica, Tecniche di Meditazione e rilassamento, Repatterning neuromuscolare e lavoro sulla fascia in caso di dolori cronici, training funzionale e tecniche di floor work e mind-body centring connection

Competenze informatiche Ottima padronanza degli strumenti Microsoft Office

Altre competenze Partita IVA
 Praticante a livello amatoriale di Calisthenic e Trapezio statico

Patente di guida B

ULTERIORI INFORMAZIONI

- Socia YANI (Yoga – Associazione Nazionale Insegnanti).
- Assistente/Mentore durante i corsi Align Somatic Exercise Coach.
- Collaborazione con l'associazione “Spazio Tipot” al Progetto “E-motion” per bambini da 6 a 12 anni, gestendo in autonomia il modulo sulla consapevolezza corporea e la gestione delle emozioni.
- Organizzazione di seminari di approfondimento su temi specifici dell'Anatomia Esperienziale e degli schemi di movimento.