

## **ANGELA RAKOSA**

Inizia a praticare Pilates all'età di 30 anni spinta dal desiderio di trovare equilibrio tra mente e corpo.

Decide poi di seguire un percorso formativo per diventare insegnante di pilates e di ginnastica del pavimento pelvico.

E' Holistic life coach e questo le consente di aiutare le sue allieve ad esprimere ed esternare la parte migliore di se stesse