

Brenda Lasala



- Fondatrice del *Lasala Studio Pilates e bodyworks e Nascere in Movimento*, realtà che promuovono il benessere psicofisico delle persone.
- Insegnante *Stott Pilates®* e creatrice del *Pilates Low Press®*. Istruttrice di *Stretching Globale Attivo*, la rieducazione posturale globale applicata allo sport.
- *Educatrice Perinatale (MIPA)*, tiene corsi di *Movimento in Gravidanza e Movimento Dopo la Nascita*.
- Master esperto in *Ginnastica Addominale Ippressiva®* (Marcel Caufriez). Insegnante certificata di *Perineo, integrazione e movimento®* e *Parto e movimento®* (Nuria Vives Parés).
- Si sta formando come *Educatrice di Movimento Somatico e del Movimento Somatico per l'Età Evolutiva - BMC®*
- Promotrice della salute perinatale con la *Bioenergetica Dolce di Eva Reich*.
- Co-Docente, insieme a Piera Maghella, nel corso di formazione *Movimento dopo la nascita* e tutor al corso di formazione *Movimento in gravidanza* presso il centro studi MIPA.
- Promuove la prevenzione e la cura della diastasi dei retti durante il movimento in gravidanza e dopo la nascita, tenendo corsi di formazione.
- Brenda viene dalla danza, ha studiato fisioterapia, le piace la musica e passeggiare nella natura.