

## Micol Mancini

Ha sempre nutrito una grande passione per lo sport, l'arte e la creatività. Le colonne portanti della sua vita.

Dopo diciassette anni dedicati alla pallacanestro, giocando nella prima squadra di Ancona (in serie A2 e poi in serie B), si è avvicinata in qualità di praticante al mondo dello yoga e del Pilates, discipline che da subito la hanno incuriosita e affascinata.

Nel 2019 decide di approfondire lo studio del Pilates, conseguendo il diploma di Istruttrice di *Pilates Matwork di I livello* e successivamente di *Pilates Advanced Training* presso la FIF (Federazione Italiana Fitness).

La ricerca dell'armonia fra mente e corpo sta alla base del suo insegnamento.

È anche una grafica freelance e nel tempo libero ama camminare, andare in mountain bike, leggere, disegnare e suonare la chitarra.