



Elisa Zambaldi

INSEGNANTE YOGA

FORMAZIONE ACADEMICA

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Diplomata al liceo socio-psico-pedagogico. V. Gambara

Diplomato presso l'Istituto Bhagsu Yoga school, India.

Diplomata presso l'AIYB Associazione italiana Yoga Bambini. Diploma di insegnamento yoga per bambini

Diplomata presso l'istitutoYoga in Salento, insegnante di ashtanga yoga.

ESPERIENZE LAVORATIVE

SETTEMBRE 2023 - IN CORSO

INSEGNANTE DI ASHTANGHA YOGA PRESSO LA SCUOLA MYBEAT

SCUOLA YOGA 2018 - 2022

DOPO AVER VISSUTO E STUDIATO YOGA IN INDIA PER CIRCA DUE ANNI, 2017-2019 (ALLO SHIVANANDA YOGA ASHRAM E ALLA SCUOLA DI YOGA BHAGSU IN HIMACHAL PRADESH) QUANDO SONO TORNATA A CASA HO INIZIATO SUBITO AD ASSISTERE IL MIO INSEGNANTE QUI IN ITALIA (PIETRO SALERI) CON LE SUE LEZIONI, AIUTANDO CON GLI AGGIUSTAMENTI E INIZIANDO A PRENDERE CONFIDENZA NEL CONDURRE UNA LEZIONE. NEL 2019 HO INIZIATO A TENERE LE MIE LEZIONI DI HATHA YOGA. I MIEI COMPITI PRINCIPALI SONO CONDURRE LEZIONI PER PRINCIPIANTI E GRUPPI INTERMEDI, CONDURRE LEZIONI DI PRANAYAMA E MEDITAZIONE; AIUTANDO ANCHE NELLA PULIZIA E NELLA GESTIONE DELLA SCUOLA.

NEL 2019 HO CONSEGUITO IL DIPLOMA DI INSEGNANTE DI YOGA PER BAMBINI (AIYB) E HO INIZIATO A DARE LEZIONI AI BAMBINI. DOPO UN PAIO DI MESI AVEVO CIRCA 10 BAMBINI A SETTIMANA. PURTROPPO I CORSI PER BAMBINI HANNO DOVUTO INTERROMPERSI A CAUSA DELLA SITUAZIONE COVID.

CONTATTO



PROFILO

Sono una persona dinamica, curiosa e sempre pronta ad imparare qualcosa di nuovo. Lavoro sodo e apprendo velocemente, sono puntuale e possiedo buone capacità di comunicazione.

Il mio desiderio è continuare ad imparare e crescere come individuo, ma anche crescere insieme in una comunità. Lo yoga è uno degli aspetti principali della mia vita e ho sete di conoscenza e pratica.

LINGUE

Italiano - Madrelingua
Inglese - Advanced

REFERENZE

Disponibili su richiesta.

ESPERIENZE LAVORATIVE

DA GIUGNO 2019 A SETTEMBRE 2021

Ristorante La Lepre, Desenzano del Garda. Ristorante
Supervisore

Dal 2019 aiuto a gestire il percorso complessivo del cliente in questo bellissimo ristorante raffinato nella mia città natale. Apprendere nuove competenze in particolare riguardo ai vini biodinamici e all'agricoltura sostenibile.

DAL 2015 AL 2016

Hotel Gitan, Melbourne, Australia Ristorante
Supervisore

Ho fatto parte del team di apertura di questo bellissimo bistrò francese, a due passi dalla marina di Melbourne. Le mie mansioni erano occuparmi delle prenotazioni, accogliere gli ospiti e gestire il bistrò durante i servizi più affollati.

DA OTTOBRE 2012 A MAGGIO 2014

Maze di Gordon Ramsay
Ristorante 1 stella Michelin, Londra. Supervisore

Ho iniziato a lavorare come capo cameriera a Maze. Man mano che progredivo all'interno del team, hanno iniziato a formarmi su come gestire in modo efficace il percorso complessivo del cliente. Ho assunto la posizione di supervisore dopo 8 mesi, i miei compiti erano gestire il personale e la sala, gestire i reclami, comunicare con il capo oste e il capo chef sulla planimetria dei tavoli e sulle relazioni generali con gli ospiti, formare e fare turni per il personale, inoltre chiudere il ristorante e gestire le chiusure di cassa. Qui a Maze ho avuto anche qualche esperienza come receptionist.

***Ho condiviso solo poche esperienze lavorative, quelle che mi hanno formato di più.**

Ho trascorso circa 8 anni della mia vita viaggiando quindi ho avuto la possibilità e la fortuna di sperimentare molti lavori diversi e molti approcci diversi. Ho trascorso un po' di tempo anche lavorando nelle fattorie. 6 mesi in una fattoria di banane in Australia e 2 mesi di volontariato a Solitude, una fattoria biologica ad Auroville, in India. Lavorare nelle fattorie è stato molto intenso ma anche bello. duro lavoro lavorando con la terra e le piante e le asperità dei campi; ma, soprattutto ad Auroville, ho iniziato a conoscere i principi della permacultura che mi hanno dato la possibilità di iniziare un approccio completamente nuovo a molti aspetti diversi della vita.