

# PAMELA LECCHI

*Insegnante di Yoga, Pilates e Discipline Olistiche*

## FORMAZIONE

### Liceo Linguistico Teresa Ciceri

Como, 2000 / 2001

Inglese, Francese e Tedesco

### Università Degli Studi di Milano

Milano, 2005 / 2006

Beni Culturali, Archeologia

### Rainbow Kids, Youth and Family Yoga

Australian School, Teacher Benjamin Hart, 2019

Certificazione Yoga Alliance,  
Insegnante Yoga per Bambini da 0 a 14 anni,  
adolescenti, gravidanza e mamma / bimbo

### Balanced Body Pilates

Milano, 2020

Istruttore Pilates Matwork

### ASD Yoga Lago

Lecco, 2021

Certificazione Yoga Alliance 500 RYT  
Insegnante di Raja e Vinyasa Yoga

### Salvatore Cognis, Scuola di Cristalloterapia

Como, 2023

Attestato di Cristalloterapeuta

### Scuola di Formazione Edward Bach

Milano, 2024

Diploma di Consulente e Operatore metodo Fiori di Bach

### CSEN, Centro Sportivo Educativo Nazionale

Monza, 2024

Diploma Istruttore Nazionale Liv. 2 intermedio 500h  
Ginnastica finalizzata alla salute e al Fitness

## Insegnante Yoga per Bambini

- ANTEAS, Servizi Educativi e Ricreativi, Como. 2020 / 2021
- Associazione NOI, Tavernerio (CO). 2020 / in corso
- Arvinda Yoga. Como. 2022 / in corso
- Scuola Materna di Rebbio, Como. 2022 / in corso
- Palestra Life Changer JT, Chiasso. (CH) 2022 / in corso
- Progetto PlayYoga Scuola Primaria Rebbio (CO) dal 2022
- Progetto PlayYoga Scuola Primaria Villaguardia (CO) dal 2023
- Yoga in Fattoria, Fattoria con Luca, Cantù (CO) dal 2024
- Yoga centri estivi multisport Porlezza e Val D'Intelvi (CO) dal 2022
- Studio Yoga Arvinda, Como dal 2022

## Insegnante Yoga Vinyasa Flow

- ANTEAS, Servizi Educativi e Ricreativi, Como 2020 / 2021
- Associazione NOI, Tavernerio (CO) 2020 / in corso
- Palestra 20HOURS, GruppoPentafit, Villaguardia (CO) 2021
- Palestra Fit Express, Como e Cantù (CO) 2021 / in corso
- Palestra Primadonna Fitness, Lugano (CH) 2022 / in corso
- Palestra PortaVerde, Balerna (CH) 2022 / in corso
- Hotel Brisa de Ness, Nesso (CO) dal 2024
- Davide Fitness, Cantù (CO) dal 2024

## Insegnante Yoga Terza Età

- Palestra Palapedretti, Albese (CO). 2020 / in corso
- Associazione Raggi di Luce, Tavernerio (CO). 2022 / in corso

## Insegnante Yoga Donne in Gravidanza

- Associazione NOI, Tavernerio (CO) 2020 / in corso
- Asilo Nido Primi Passi, Tavernerio (CO) dal 2023

## Insegnante Pilates Matwork

- Palestra PortaVerde, Balerna (CH). 2022 / in corso
- Palestra Fit Express, Como e Cantù (CO) 2021 / in corso

## Insegnante Flexibility e Posturale

- Palestra PortaVerde, Balerna (CH). 2022 / in corso
- Palestra Fit Express, Como e Cantù (CO) 2021 / in corso

## Insegnante Respirazione, Meditazione

- Basket femminile U17 Villaguardia (CO), 2021
- Agonistica femminile Tennis Molinetto, Cernusco SN (MI), 2022 / 24
- Calcio Giovanissimi Albate HF Como, Como, 2022 / in corso
- Meditazioni e visualizzazioni guidate sciamaniche (ON LINE) dal 2022

## PECULIARITA'

- Guida positiva e incoraggiante
- Intuitiva e attenta ai bisogni dei singoli
- Formazione costante

- Stesura di programmi personalizzati e lezioni private
- Disponibilità week end e orario serale
- Disponibilità a trasferte per laboratori e workshop

Possibilità Team Building Aziendali in ufficio, lezioni private o piccoli gruppi a domicilio