

# Simona Cresta

## CHI SEI?

Sono una persona curiosa, solare, molto sensibile. Sorrido sempre perché credo che il sorriso sia contagioso e possa migliorare la giornata a chiunque incontro. Amo viaggiare, camminare nella natura e catturare con la mia macchina fotografica luoghi ed emozioni che mi colpiscono. Sono un'appassionata volontaria di ALL4ALL Ticino, un'associazione che si occupa di integrazione allo sport di persone con disabilità.

## PERCHÉ HAI SCELTO DI SVOLGERE LA TUA PROFESSIONE?

Prediligo il contatto diretto con le persone, ho capacità di ascolto e mi piace il lavoro in team. Sono anche un'insegnante di Pilates, disciplina che da alcuni anni è per me un vero stile di vita. "Il Metodo Pilates è la completa coordinazione di corpo, mente e spirito" cit. J.H. Pilates

## QUAL È IL MIGLIORE CONSIGLIO CHE VORRESTI DARE ALLE PERSONE?

Trovare ogni giorno del tempo da dedicare a se stessi.

## COS'È FISIO INTERAZIONI PER TE?

È un gruppo di belle persone: entusiaste, simpatiche, pronte ad aiutarsi a vicenda. Sono felice di farne parte.



# Simona Cresta

Data di nascita: 08/01/1983

Residenza: Breganzona

## ESPERIENZA

- Dal 2023 Insegnante Pilates presso Fisio Interazioni (Mezzovico)
- Dal 2021 Impiegata presso Fisio Interazioni
- Dal 2021 Insegnante Pilates presso Scuola Club Migros (Bellinzona e Lugano)
- 2021 Impiegata amministrativa presso Amm. Joss (Vezia)
- 2018-2020 Impiegata amministrativa presso Guscelli Camini SA (Gravesano)
- 2009-2019 Impiegata amministrativa presso Comafim SA (Lugano)

## ISTRUZIONE

- 2022 Certificato di Competenza – Incorpora: Istruttrice Pilates “Reformer”
- 2022 Diploma – Scuola Club Migros – Istruttrice Pilates “Cadillac”
- 2020 Diploma – Scuola Club Migros – Istruttrice Pilates Matwork
- 2018 Certificato di Competenza – Incorpora: Istruttrice Pilates Matwork
- 2008 Tecnica di Marketing (Attestato Federale)

