

Emma

J'ai 53 ans, j'ai deux enfants adolescents, je suis passionnée par le mouvement, la santé et l'anatomie



Bienvenue dans mon studio



J'ai ouvert le StudioEmma après 24 ans d'expérience où j'ai travaillé pour de nombreux studios et enseignes à Paris et ailleurs. J'ai managé des clubs de sport et dirigé des écoles de formation pour les jeunes coaches.

Plus que tout, je souhaite vraiment aider les gens à inscrire la pratique physique régulière dans leur vie. J'ai imaginé une méthode et des moyens pour y arriver, et ça marche!

Dans mon studio et avec toute l'équipe, vous prendrez beaucoup de plaisir à venir pratiquer sans performance, dans un esprit de tolérance, d'entraide et multi générationnel.

Et surtout dans la bonne humeur ;)

Mon mantra :

Le temps ne respecte pas ce que l'on fait sans lui



Je suis multi diplômée, experte dans le Pilates et le sport santé, master trainer, coach de coach, et très bienveillante



Le mouvement c'est la vie!
Bougeons ensemble sans se faire mal, sans contrainte, sans se prendre au sérieux et avec beaucoup de plaisir!

