



## **HO APERTO UN CENTRO DI PILATES**

**Christina Iredale,  
46 anni, Imperia**

«Anna Maria Cova era già una ballerina professionista e anch'io stavo cercando di diventarlo. Ci incrociavamo nelle sale di danza e la ammiravo: era brava, bella e, soprattutto, simpatica. Poi ho avuto un infortunio al ginocchio e tutto per me è cambiato. Sapendo che aveva aperto il suo Studio Pilates a Milano, sono andata a cercarla. Lei mi ha letteralmente rimesso in piedi, e non solo fisicamente. Ha accolto le mie insicurezze e mi ha spronata a ripensare la mia vita. Io mi sono appassionata al Pilates, al suo modo di insegnare e ho cominciato a crederle quando sosteneva che ero portata per quella tecnica. Dopo un paio d'anni sono diventata insegnante e ora gestisco lo Studio Pilates Aires nella mia città. Prima qui non esisteva un centro Cova. Sono orgogliosa, per me e per lei, che adesso ci sia».

Tratto dall'articolo  
"Hai già trovato il tuo mentore"