



Μαρί Γεωργίου

Η Μαρί γεννήθηκε στη Λεμεσό το 1983. Στην ηλικία των τριών χρόνων γράφτηκε στη σχολή μπαλέτου της Φρόσως Χατζηγεωργίου. Η πρώτη της επαφή με τη μέθοδο Pilates ήταν στο πλαίσιο της εκγύμνασης και της ενδυνάμωσής της ως χορεύτριας. Σπούδασε κλασικό μπαλέτο αρχικά στην Academia nazzionale di danza di Roma, στην Ιταλία και στη συνέχεια musical theatre dance στο London Studio Centre και σύγχρονο χορό στο London Contemporary Dance School (The Place) στην Αγγλία. Καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών της, το Pilates αποτελούσε αναπόσπαστο μέρος της ρουτίνας της ως χορεύτριας. Μέσα από τα οφέλη που πρόσφερε αυτό το είδος εκγύμνασης στο σώμα της και στην καθημερινή της ζωή, αναγνώρισε την προστιθέμενη αξία της μεθόδου Pilates και αποφάσισε να εμβαθύνει στην τεχνική αυτή. Έτσι, φοίτησε στο Πρόγραμμα Επαγγελματικής Κατάρτισης στην Αυθεντική Μέθοδο Pilates, στο Κέντρο Κινησιολογίας της Ευίτας Ηλιοπούλου, στην Αθήνα. Μετά από ενάμιση χρόνο, άρχισε να εργάζεται ως Pilates Instructor στην Αθήνα, ενώ παράλληλα ολοκλήρωσε το Πρόγραμμα Επαγγελματικής Κατάρτισης Hatha Yoga με ειδίκευση στη Bakti Flow Yoga και Anusara, στο NYSY STUDIO.

Το 2010, ίδρυσε στη Λεμεσό το Studio Pranayama Downtown Club, το οποίο προσφέρει μαθήματα Pilates Reformers, Latin και Yoga. Στόχος της είναι να προσφέρει εξατομικευμένη εκγύμναση βασισμένη στις κινησιολογικές ανάγκες του κάθε ατόμου ξεχωριστά και να μεταδίδει τις αξίες του Pilates ως αναπόσπαστο κομμάτι κάθε κίνησης του μυαλού και του σώματός μας, κάθε στιγμή της ζωής μας.