



Στέλλα Νησιώτου Τακούσιη

Η Στέλλα Νησιώτου Τακούσιη από μικρή ηλικία ασχολήθηκε με το χορό. Μετά από τριετή φοίτηση στην επαγγελματική σχολή χορού Ραλλού Μάνου απέκτησε δίπλωμα δασκάλας κλασσικού και σύγχρονου χορού. Κατά τη διάρκεια των σπουδών της είχε την πρώτη επαφή με το Πιλάτες και από το 2005 ασχολήθηκε αποκλειστικά με αυτό. Έχει πλήρη εκπαίδευση στην μέθοδο Πιλάτες με δίπλωμα NVQ Level 3 σε όλα τα μηχανήματα και ασκήσεις εδάφους, με ειδικότητα στο Pre/Post Natal Pilates (The Center of women's fitness). Συνεχίζοντας την εκπαίδευση της απέκτησε το δίπλωμα εκπαίδευσης στην κλασσική μέθοδο Πιλάτες από τη διεθνώς αναγνωρισμένη σχολή Roman's Pilates.

Έζησε και εργάστηκε για δώδεκα χρόνια στο Λονδίνο. Δίδαξε σε διάφορα στούντιο Πιλάτες και ήταν η βασική εκπαιδύτρια για έξι συνεχόμενα χρόνια στο Royal Automobile Club. Δούλεψε με άτομα όλων των επιπέδων και δυνατοτήτων από άτομα σε αποκατάσταση από τραυματισμούς σε άτομα υψηλού επιπέδου φυσικής κατάστασης. Μεταξύ αυτών ήταν γνωστοί σχεδιαστές μόδας, πολιτικοί, επιχειρηματίες και Λόρδοι. Το 2018 επέστρεψε στην Κύπρο και από τότε διδάσκει στο δικό της χώρο PurePilatesNicosia αποκλειστικά την κλασική μέθοδο Πιλάτες.