



**Clare Dunphy, B.S., Direttore capo per il Programma
Proprietaria della società, Boston Pilates/Progressive Bodyworks.
Boston, Mass.**



Clare è una istruttrice di Pilates e una Trainer per istruttori con molta esperienza e passione, certificata da Romana Kryzanowska per l'Associazione Pilates. Ha lavorato come educatrice Pilates e direttrice del programma guidando i nuovi istruttori lungo il loro percorso di apprendimento. È specializzata nel portare il concetto di mente-corpo-spirito nei suoi *workshop* e lezioni ad alto livello su una varietà di argomenti di fitness. Presentatrice molto apprezzata, è spesso ospite nelle conferenze ed è presentatrice ad alto livello negli Stati Uniti e su piano internazionale. Per questi motivi e per essere apparsa in molti video di fitness, aver partecipato a *Body Bar* e collaborato con diverse riviste di salute/fitness, Clare ha ricevuto il premio *Best of Boston* per il suo lavoro nel 1998 e il premio *Boston Best* nel 2000. Clare ha una laurea di primo livello (B.S.) in Educazione Fisica con specializzazione sulla salute e l'esercizio a livello cardiovascolare, ed è certificata da ACE e dall'Associazione Pilates. Con un approccio integrato e completo per quanto riguarda salute e fitness, si dedica a proporre allenamenti progressivi e innovativi agli istruttori di fitness e incoraggia con entusiasmo chi sta cercando uno stile di vita più completo attraverso l'esercizio fisico.

**Colleen Glenn, Direttore capo del reparto per lo Sviluppo (Senior
Development Director), Peak Pilates.**



Colleen Glenn è stata un pioniere nell'insegnamento del Pilates e nell'Istruzione per Insegnanti di Pilates negli ultimi 21 anni. Colleen è stata fra i primi a sviluppare un Programma Pilates su *Mat* per centri benessere e palestre. Prima di entrare in Peak Pilates come Direttore capo dello Sviluppo, Colleen ha creato il Programma per Istruttori PilateSystem, una certificazione internazionale completa per istruttori. Ha collaborato con riviste, libri, video di esercizi, e televisione. La rivista "Vogue" ha definito Glenn «una dei 55 migliori istruttori d'America». Il suo nome compare nel Registro Nazionale *Who's Who* per i suoi risultati professionali. Una apprezzata insegnante ed educatrice, Colleen è la co-fondatrice del Pilates Method Alliance (Associazione per il metodo Pilates), una associazione non-profit che definisce gli standard nell'istruzione e fornisce risorse pubbliche. L'esperienza, l'intuizione e la passione di Colleen continuano a essere una fonte di ispirazione per un pubblico di tutti i tipi.

Zoey Trap, Dottoranda in Scienze (M.Sc.), Specialista del Programma Peak.



Nancy ha conosciuto il Pilates quando era una ballerina di danza contemporanea, ed ha proseguito completando la sua certificazione con il PilateSystem. Ha diretto *Purely Pilates* a Londra prima del suo recente ritorno negli Stati Uniti. Ha scritto programmi di istruzione per molte compagnie di fitness, comprese *Life Fitness, Nautilus e Keiser*. Inoltre ha ideato allenamenti e certificazioni per tre principali organizzazioni di fitness in Europa. La sua laurea di secondo livello in Scienza dell'Esercizio si è concentrata sulla ricerca sulla terapia alternativa e la spina dorsale, e possiede la certificazione ACE e AFAA. Ha fatto presentazioni ai maggiori congressi in tutto il mondo, i suoi scritti sono stati pubblicati e tradotti in 5 lingue, ed è stata una delle prime a portare il Pilates e lo yoga sulla scena del fitness in Europa oltre otto anni fa. I suoi seminari riflettono il suo impegno nell'aiutare gli istruttori a stare al passo con le ultime tendenze e ricerche sul legame mente-corpo-spirito, e nell'applicare questi concetti alle loro lezioni con sapienza, creatività e capacità. Conosciuta per il suo entusiasmo e la sua energia, è stata nominata *Shape Up Presenter* (presentatrice più attiva) dell'Anno.