

### *A propos de Corinne*

*Corinne a toujours été attirée par le sport. Dans son enfance elle pratique diverses disciplines (ballet, handball, basketball...)*

*Plus tard elle reprend la danse, Modern Jazz, le Hip Hop et les activités fitness.*

*Elle passe son Tronc commun sportif (1991) et commence une formation Brevet d'Eduteur physique pour tous (1994)*

*Une blessure importante au genou (au ski) lui permet de découvrir l'aquagym.*

*Elle déménage à Singapour fin 1995, ce qui lui permet de développer cette dernière activité et de l'enseigner pendant 10 ans .*

*En 2003 elle découvre le Pilates dans son club de gym qu'elle pratique pendant un an et elle décide de se former à cette discipline qui la passionne, l'intrigue... Il y a quelque chose de différent dans cette discipline qu'elle n'a pas connu dans d'autres sports.*

*Après un an de formation au Mat Work, elle découvre **la Méthode FletcherPilates** qui va être une révélation , c'est une méthode qui est différente des autres, très précise, très sérieuse...qui change réellement sa vie, son corps, sa posture, son état d'esprit.*

**Un vrai cadeau de la vie** . Cette activité de bien être va lui permettre de se retrouver, de se recentrer sur elle-même, d'apprendre beaucoup sur elle même et lui offrir une certaine assurance.

*Le programme d'étude de **la Méthode Fletcher Pilates** est un des plus rigoureux et des plus innovant sur le marché international. Elle poursuit donc ses études à cette méthode à Singapour pendant un an et déménage au Texas(USA) en 2007 pour continuer sa formation et obtenir son diplôme niveau 2 en Mai 2009.*

*Elle continue son éducation au travers des séminaires et des stages avec **Ron Fletcher** aux US et après le décès de celui-ci elle continue à suivre*

**Kyria sabin**

*( directeur of FletcherPilates international) .*

*C'est une vrai passionnée qui aime partager son savoir et son expérience avec les autres .*

*Elle aime voir les gens se sentir mieux dans leur tête et leur corps, se transformer, c'est une belle récompense .*

*Après presque 15 ans loin de sa Patrie , elle décide de rentrer en France pour faire connaître **la Méthode Fletcher Pilates.***

*En 2010 elle ouvre un studio Pilates à Perros guirec*