



# Elisa Costanzo

## ➤ FORMAZIONE MARZIALE

Nata a Milano nel 1986, nel Dicembre 2018 inizia il proprio percorso nelle Arti Marziali come allieva del Maestro Marco Galvagni presso la scuola Dragon Warriors, apprendendo i rudimenti del Wushu Tradizionale Cinese.

Nel 2023 conosce il Maestro Francesco Matrone, con il quale prosegue il suo viaggio nel mondo delle Arti Marziali approfondendo lo stile Shaolin Kung Fu presso la Shaolin Wushu Academy e seguendo, al contempo, stage del Maestro Shi Miao Chan, monaco guerriero della 36<sup>a</sup> generazione.

Nel 2024, a seguito della nascita della sua bimba, sente il bisogno di integrare la sua pratica avvicinandosi agli stili interni per esplorare la calma data dai movimenti lenti e decide di incominciare il proprio percorso di Tai Chi col Maestro Massimo Frosi presso la scuola Shen Zen.

## ➤ ESPERIENZE PROFESSIONALI

Nel 2019 inizia la collaborazione con la ASD Attivamente come insegnante di Kung Fu per i bambini dai 3 ai 6 anni presso la scuola Dragon Warriors.

Ad oggi continua la propria professione all'interno di quella che attualmente è diventata la SSD Attivamente, come insegnante di Kung fu per la fascia d'età 4-10 anni presso la Shaolin Wushu Academy.

## ➤ TITOLI

- Dott.ssa in Consulenza pedagogica per la disabilità e la marginalità (Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano - 2022)
- Insegnante Yoga 500 ore (Studio Gayatri -2018)
- Psicomotricista (Uniateneo -2017)
- Musicoterapista (CMT di Milano -2015)