

SHARI BERKOWITZ

Recognized as one of the leading Pilates Teacher Education provider in the world.

La référence en matière d'Enseignement et de Formation d'Instructeurs de la méthode Pilates



SHARI BERKOWITZ is a teacher with 20 years of experience, a Pilates Teacher of Teachers, an international consultant and a scientist. She holds a Master's in Ergonomics and Biomechanics.

Through her company, **Shari Berkowitz & The Vertical Workshop**, she researches the human body, creates Pilates continuing education products and tools, runs The Vertical Workshop Pilates Teacher Training Program, writes The Pilates Teacher Blog and teaches workshops and sessions around the world.

Shari originally trained under the tutelage of Romana Kryzanowska and ran the Teacher Training program for Power Pilates in Los Angeles, USA. But her teaching crosses all boundaries and her combined work in science and movement gives her a rich base from which to teach.

While Shari's exercise vocabulary is Classical Pilates, her teaching tools, workshops and sessions are for everyone of every style of Pilates, of every modality of exercise as well as for therapists.

SHARI BERKOWITZ est une enseignante avec plus de 20 ans d'expérience, une formatrice, une consultante et innovatrice de renommée internationale. Elle est titulaire d'un Masters en Ergonomie et en Biomécanique.

Par le biais de son entreprise, **The Vertical Workshop**, elle étudie le fonctionnement du corps humain, créé des outils pédagogiques pour la formation continue d'enseignants, enseigne le Programme de Formation «TWV Pilates Teacher Training Program». Elle donne des workshops et des cours à travers le monde et rédige des articles dans «The Pilates Teacher Blog».

Shari a étudié sous la tutelle directe de Romana Kryzanowska et a été Formatrice au sein de son propre studio aux USA pour Power Pilates. Ce qui fait sa force, et la différencie le plus, est son travail qui allie la science et le mouvement et la manière de les intégrer dans son enseignement.

Le style de Pilates de Shari est l'enseignement du Pilates Classique, cependant, les outils pédagogiques, workshops et cours s'adressent à tout public, à tous les styles de Pilates, aux enseignants d'autres modalités du mouvement ainsi qu'aux thérapeutes.