

Thamilin Arakaki

INSTRUTORA GLOBAL PILATES

Fisioterapeuta graduada pelo Centro Universitário São Camilo (CREFITO 176658 – F), é instrutora de Pilates certificada pela STOTT PILATES® desde 2013. Possui formação no Método ZEN.GA com Pj O'Clair (Merrithew®), participou dos cursos de ISP – Injuries & Special Populations, Halo® Foundations com Moira Merrithew, Pilates e Pré-Natal, Pilates adaptado à Osteoporose e Escoliose com Tim Fleischer (STOTT PILATES®).

Realizou treinamento em Pilates Clássico com Cecília Panelli (Brasil) e participou de diversos workshops com instrutores renomados no Método Pilates como: Eric Carlovich (Austrália), Mariano Dolagaray (Argentina), Jerome Weinberg (EUA) e Cecília Panelli (Brasil). Segue em formação continuada na certificação Authentic Pilates Learning Center (USA) – por Érica Almodovar.

Thamilin Arakaki possui a especialidade no acompanhamento de mães gestantes e pós-parto. Os protocolos de treinamento utilizados aqui no Global Pilates para cada fase de gestação são desenvolvidos por ela.

Atualmente, ministra os cursos de formação GLOBAL PILATES e realiza treinamentos para grupos de instrutores de Pilates em formação através de workshops, com foco na abordagem mais segura e efetiva na aplicação do Método Pilates para gestantes.