

Classe 1971, sin da bambina vi avvicina allo sport come schermitrice di fioretto presso le palestre di Milano.

Inizia il suo percorso agonistico con le vittorie di molti titoli Regionali, Nazionali, per poi entrare nella squadra Nazionale.

Conquista un titolo Europeo, un titolo Mondiale Under 20, e podi di gare di Coppa del Mondo Under 20 e Assoluta.

Contemporaneamente all'impegno sportivo si iscrive all'istituto superiore di educazione fisica di Firenze e coniuga la sua passione per lo sport iniziando le sue prime esperienze lavorative come insegnante presso le scuole elementari della Brianza con dei progetti di psicomotricità ed educazione motoria.

Per quasi 17 anni la Scherma è la sua passione, regala ad Alda, una palestra di vita e bellissime soddisfazioni che porterà con sé per sempre.

Per motivi personali abbandona l'attività schermistica prima della selezione per le Olimpiadi di Atlanta.

Inizia il suo percorso formativo e si avvicina nel mondo del fitness alla fine degli anni '90 formandosi con la Federazione Italiana Fitness ed inizia a collaborare con diversi centri sportivi della Brianza sia come Personal Trainer che istruttrice di aerobica, ginnastica dolce, g.a.g, stretching, total body, push pump, step, fitboxe, spinning, fit fencing, zumba.

Collabora come Responsabile Tecnico presso un prestigioso centro fitness di Lissone per poi proseguire come Coordinatore delle attività di Fitness e Acquafitness presso l'impianto sportivo di San Donato Milanese con la Società Sportiva Gestisport.

Alda continua la sua formazione nel settore del fitness e acquafitness con Fif Fin e EEA, certificandosi come coordinatore e istruttore acquafitness, hydrobike, acquawalk, acquamotricista neonatale

T
R
A
I
N
E
R



A
L
D
A
Occhipinti

Nel 2007 nel pianificare e insegnare le attività di fitness per la stagione sportiva decide di inserire l'attività del Pilates.

Si certifica insegnante di Pilates Matwork e si appassiona di questa disciplina.

Nel 2012 diventa Direttore Sportivo dello stesso Impianto senza mai abbandonare la naturale vocazione all'insegnamento del Pilates.

Dal 2013 ad oggi continua costantemente la sua formazione nella disciplina del Pilates con Corsi, workshop, seminari, formazioni, per incrementare le proprie competenze.

Ultimo nel 2023 Diploma insegnante di Pilates Reformer con Fif.

Alda con la sua passione, entusiasmo, professionalità e aggiornamento tecnico vuole trasmettere ai suoi Clienti l'utilità del Metodo Pilates come condizione di equilibrio perfetto tra mente e corpo.