

**cognome**  
Casarotto

**nome:**  
**Giulia**

anno di nascita  
**1992**

**istruzione:**

- laureata in Scienze Motorie e **insegnante certificata di Mindfulness**, secondo il protocollo **MBLC (Mindfulness Based Living Course** – Corso di vita basato sulla Mindfulness);
- diplomata all'ISEF di Padova nel 1992 e ho conseguito la laurea in Scienze Motorie a Verona nel 2002;
- conseguito l'**abilitazione all'insegnamento della Mindfulness** con la **Mindfulness Association** fondata da Rob Nairn, presso la **Scuola di Formazione Innersight di Venezia** nel 2016;
- corsi di aggiornamento periodici sulla Mindfulness a Venezia ed in Inghilterra

**lavoro**

insegnante di Educazione fisica nella scuola secondaria di primo grado

novembre 2024