

Innamorata sin da bambina di ogni forma di danza e affascinata dalle discipline dedicate alla salute e al benessere psicofisico nel 2001 intraprende lo studio del Qi Gong, una serie di pratiche e di esercizi collegati alla medicina tradizionale cinese e alle arti marziali che prevedono meditazione, concentrazione mentale, controllo della respirazione e movimenti di esercizio finalizzati al mantenimento della buona salute tramite la cura e l'accrescimento della propria energia interna.

A seguito del superamento di 3 esami e dopo 10 anni di intenso studio si diploma giovanissima presso la Federazione Italiana Medicine Integrate ed entra a far parte del primo albo in Italia di Trainer riconosciuti ed insegnanti di questa sconfinata e antichissima pratica.

Durante il percorso incontra la Danza Orientale ed in questa nuova passione trova immediatamente un nuovo strumento di lavoro, accrescendo il suo bagaglio di una disciplina dedicata in particolar modo al benessere femminile: emozioni che si trasformano in movimento con il conseguimento di tangibili risultati fisici e mentali. Negli anni caratterizzati da un costante allenamento e dallo studio personale sulle origini della danza orientale ne acquisisce la padronanza degli stili e degli accessori, affronta lo studio e l'improvvisazione sui ritmi alla base del repertorio musicale di riferimento, conosce in modo approfondito sia il folclore che gli orientamenti più moderni, specializzandosi in danza egiziana ed infine scopre con curiosità le contaminazioni contemporanee.

La sua preparazione nella danza orientale si arricchisce con lo studio del Tribal (ATS e Gipsy Caravan) e del Fusion per un periodo di quattro anni. Frequenta inoltre corsi di danza classica, percorsi di Danza Hula e Polinesiana presso "Atelier Les Soeurs Tribales" di Milano con Amanda Zapata e Wanda di Mana Tahiti, Danze Caraibiche e Latino Americane.

Prosegue la sua formazione nell'orientale in modo assiduo e continuativo con stages e lezioni di Maestri di fama nazionale ed internazionale quali Simona Minisini (fa parte del team agonistico Club Sunshine di Palmanova di Udine per due anni consecutivi), Mohamed Kazafy, Chiara Saccomanno (organizza e frequenta i corsi di formazione negli anni 2017-2018, 2018-2019, 2019-2020), Mona Habib, Perla Elias Nemer, Teresa Thomas, Elena Ramazanova, Dariya Mitsckevich, Aida Bogomolova, Esmeralda Colabone, Kareem Gad, Elena Eleftheriou, Mo Geddawi, Mercedes Nieto, Nesma Al-Andalus, Hoda Ibrahim, Tommy King, Khaled Mahmoud, Randa Kamel, Amir Thaleb, Raqia Hassan, Maria Dourountaki Maria Aya – Malema, Alexey Riaboshapka, Gitza, Diva Darina, Ansuya, Yamil Annum, Wael Mansour, Saida, Anusch, Sandy D'Ali, Kathreen Derouet, Martina Tellini, Dorit Arobas, Giulia Mion, Hania, Helena Russo (formazione IraqiLab 2019-2020), Barbara Pettenati, Ailema, Olga Yuderkis, Katerina El Raheb, Laura Zaray, Kasia Bitirini, Samara Hayat, Omaris, Maddalena Bellissimo, Azad Kaan, Jillina, Bozenka, Nada al Basha (organizza e frequenta nell'anno 2023-2024 il percorso tematico in folclore egiziano con la Maestra italo-egiziana Nada al Basha)... e continua a studiare e ad aggiornarsi. La danza è in continua evoluzione.

Nel 2016 partecipa alle audizioni per la KAZAFY TROUPE ITALY ed entra a far parte della compagnia internazionale con l'obiettivo di diffondere e promuovere spettacoli teatrali di danza egiziana in Italia e all'estero. Nel 2018 entra a far parte della Compagnia "Sabaya Ensemble", fondata e diretta da Chiara Saccomanno.

Tra gli eventi più importanti a cui prende parte nel 2017 lo spettacolo "Kazafy Troupe Italy Show", presso il Teatro Pime di Milano e la partecipazione al "Kazafy Troupe Greece Show" sul palco del prestigioso "Oriental Passion Festival di Atene".

A maggio 2018 danza all'evento "Meya Mesa" con la Kazafy Troupe Italy presso il Teatro Silvestrianum di Milano.

Ospite ad "Aria Festival" di Helena Russo nel dicembre 2017 danza sul palco del teatro Cielo di Alcamo, Trapani, con la musica dal vivo della Mazzikatea Europe. Ripete l'esperienza siciliana nel 2018, come ospite performer allo spettacolo internazionale Tributo alla celebre Oum Kalthoum condividendo il palco con artiste di fama mondiale, tra queste Aida Bogomolova, Chiara Saccomanno, Martina Tellini e Helena Russo. Riconfermata come ospite anche nell'edizione del 2019 danza al "Gala

Show” con Diva Darina, Gitza e artiste quali Chiara Saccomanno, Giovanna Mineo e la padrona di casa Helena Russo.

A giugno 2018 e giugno 2019 è insegnante italiana all’evento internazionale BOW 2018, “Bellysimmo Oscars”, danzando con la meravigliosa orchestra greca del Maestro Chronis Taxidis, Tabbal Group, ospite di Simona Minisini.

Maria Simona è anche presente in qualità di giudice internazionale a numerosi Festival italiani quali “Meya Meya”, “Egypt in Tuscany”, “Yalla Raqs”.

Maria Simona intraprende la carriera agonistica ed ottiene sin da giovanissima ottimi risultati grazie al suo stile personale ed elegante.

Tra i titoli vinti negli ultimi anni tre ORI al Campionato Regionale Emilia Romagna FIDS 2015 in classe A in tutte le specialità (Oriental, Folk e Show), il terzo posto in categoria professionale al Festival internazionale “Babylon Apulia Festival” di Bari edizione 2015 ed edizione 2016. Ai Campionati Italiani FIDS 2014 è ORO come solista cl. B nel Folk e bronzo nell’Oriental. Con la bandiera del Club Sunshine nel 2016 ai Campionati Italiani FIDS è 4° classificata classe A nel Folk e finalista classe A nell’ Oriental. Infine, nel 2017 è medaglia di bronzo nell’Oriental ai Campionati Italiani 16/34 anni classe A.

Anche il Team agonistico delle sue allieve, ottiene ottimi piazzamenti:

Alcuni tra i più recenti titoli nazionali conseguiti dalle sue allieve:

2019 ORO ai Campionati Italiani FIDS 16/34 anni cl. B Oriental Solo

2019 ARGENTO ai Campionati italiani FIDS cat. 16/34 anni cl. B Oriental Folk Solo

2019 ARGENTO nel Folk Oriental Solo e BRONZO nell’Oriental Solo al Meya Meya Festival (Livorno) organizzato da Nada al Basha

2021 ORO nell’ Oriental Solo e ORO nel Folk Oriental Solo all’Ishtaraqs Festival (Verona) organizzato da Margarita Gandra

2022 ARGENTO nella cat. Folk Oriental Solo al Raqs Arabia Festival (Udine) organizzato da Roberta Gazzetta

2022 ARGENTO ai Campionati Italiani FIDS Oriental Solo 31/49 anni cl. A

2022 ARGENTO ai Campionati Italiani FIDS Folk Oriental Solo 31/49 anni cl. A

2022 ORO nel Professional Oriental Solo ad Aria Festival (Trapani) organizzato da Helena Russo.

Nel gennaio 2018 acquisisce il 1° livello del Corso Professionale orientato all’insegnamento delle Danze Orientali – “Metodo BellySimo” un percorso di formazione certificato ISO 9001, presso il Club Sunshine di Palmanova di Udine, con Istruttori i Maestri Simona Minisini e Igor del Mestre. A dicembre 2018 consegue il 2° livello del Corso Professionale per l’insegnamento superando l’esame conclusivo. A novembre 2018 e novembre 2019 consegue i moduli di formazione e aggiornamento Oriental Folk Training, anche questi con certificazione di qualità internazionale ISO 9001. Nel 2020 frequenta l’International Training Course – “Tabla Solo Improvisation” con il M. Chronis Taxidis Tabbal e Simona Minisini.

A dicembre 2022 riceve la nomina firmata W.I.O. World Intercultural Organization in qualità di rappresentante Internazionale della Danza Orientale nel Mondo e di Membro della Commissione Internazionale delle Danze Orientali della W.I.O.

Nel 2024 continua a portare attenzione al benessere della persona ricevendo l'attestato di "Operatore di massaggio sonoro armonico con campane tibetane" presso l'Accademia Olistica Albero della Vita di Bologna.

Maria Simona insegna regolarmente a Modena e a Parma e tiene stages di approfondimento in tutta Italia.

Durante le ore di lezione Maria Simona cerca un collegamento diretto tra il movimento e la consapevolezza di sé e della propria vitalità. Per seguire questo percorso adotta un metodo di insegnamento frutto dei suoi studi e della sua esperienza pluridisciplinare attento alle caratteristiche, alle esigenze ed ai progressi di ogni allieva, con molta cura della tecnica senza però dimenticare creatività, divertimento e ironia.

"Coei che danza cammina sull'acqua e dentro una fiamma" (Garcia Lorca).