

# Curriculum Vitae Fitball Trainer



## Dados Pessoais

Nome Completo: ANABELA SEQUEIRA DA SILVA NAVE

Estado Civil: Casada

Zona de Residência: Ramada / Odivelas

Carta Condução: Sim

Viatura Própria: Sim

Data de Nascimento: 1969 / 02 / 26

Zona de Possível Trabalho: Grande Lisboa

## Habilitações Literárias

Secundário: 12º Ano

Ensino Superior: Curso de Contabilidade e Fiscalidade

## Formação Profissional / Suplementar

1 - Curso de Instrutora de Fitness (IFI Manz)

2 - CFE Treino Funcional (Manz)

3 - 1º Socorros (HP)

## Experiência Profissional

1 - 1 Ano como instrutora de Body Combat

2 - 8 Meses como instrutora de Aulas de Grupo e Hidroginástica

3 - Ginásios: Holmes Place, Move4Finess e H2O Vita.

## Currículo Desportivo

1 - Ginástica rítmica e patinagem (até aos 18 anos)

2 - 1º Dan (cinto negro) em Taekwondo

3 - Praticante de Fitness há 10 anos.