Entrevistas

Seja bem vindo a entrevista da BeFIt

Qual seu nome?

Vinicius Afonso

Quantos anos você tem?

21

Quais seus hobbies?

Fazer exercício físico e sair com amigos.

Qual a sua profissão? Voce está de home office?

Estagiário em fisioterapia. Não.

Você se da bem com tecnologia?

Sim.

Faz atividade física?

Sim.

Se alimenta bem?

Sim.

Você tem noção de quantas calorias cada alimento possui?

Já cheguei a utilizar um app sobre alimentação, então conheço um pouco das calorias dos alimentos.

Já frequentou academia? Se sim, ainda frequenta? Quantas vezes por semana?

Já frequentei a muito tempo atrás, atualmente só treino em casa todos os dias.

Já consultou uma nutricionista?

Não.

Se existisse um aplicativo que gerasse para você um treino e uma dieta, com intuito de te tornar independente na academia você usaria?

Sim, me ajudaria bastante.

O que você achou da nossa entrevista? Acha necessário acrescentar algo?

Não, achei ela bem objetiva e rápida de responder.