Entrevistas

Seja bem vindo a entrevista da BeFIt

Qual seu nome?

Marcus Vinícius

Quantos anos você tem?

20

Quais seus hobbies?

Assistir anime, ir à academia, jogar videogame, assistir séries e fazer calistenia.

Qual a sua profissão? Voce está de home office?

Sou sre do c6bank, atualmente estou de home office.

Você se da bem com tecnologia?

Sim, entendo bastante e continuo estudando cada vez mais.

Faz atividade física?

Sim musculação e calistenia

Se alimenta bem?

Tento não comer muitas besteiras durante a semana.

Você tem noção de quantas calorias cada alimento possui?

Alguns, sou bem entusiasta nessa parte de nutrição.

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

Frequento 5x por semana.

Já consultou uma nutricionista?

Ainda não, mas pretendo.

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

Sem dúvidas, iria me ajudar muito e poupar meu tempo com possíveis consultas.

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

Achei boa, abrange o meio fitness e de nutrição de uma forma bem macro.