

# ***Mônica Faria de Almeida***

Rua Odacir Junqueira, 347, Jardim Itamaracá  
(19) 3875 1723 / 99425.0845  
sportnavida@hotmail.com

Brasileira  
Não fumante  
06/05/88 (25 anos)

## **Objetivo**

*Atuação em Ginástica Localizada, Aulas de Power Mix, Yoga com Taichi e Alongamento.*

## **Formação**

- *Pós Graduação Lato Sensu em Ergonomia*  
Universidade Gama Filho
- *Licenciatura e Bacharelado em Educação Física*  
Centro Universitário Nossa Senhora do Patrocínio

## **Cursos Complementares**

- 2013 – *Práticas de Alongamento e Flexibilidade com viés em saúde*  
Professor Doutor Abdallah Achour Junior
- 2013 - *Gestão dos Programas de Ginástica Laboral*  
Professora Doutora Cynara Cristina Domingues Alves Pereira
- 2012 – *LIBRAS Intermediária*  
CEEC
- 2011 – *Excelência em Programas de Ginástica Laboral.*  
Doutoranda Cynara Cristina Domingues Alves Pereira
- 2010 – *II Fórum Nacional de Ginástica Laboral.*  
Faculdades Metropolitanas Unidas
- 2008 – *Palestra de Conhecimentos em Ginástica Laboral.*  
Centro Universitário Nossa Senhora do Patrocínio
- 2007 – *Palestra de Equilíbrio Postural.*  
Centro Universitário Nossa Senhora do Patrocínio
- 2007 – *Palestra de Equilíbrio Postural para Terceira Idade.*  
Centro Universitário Nossa Senhora do Patrocínio
- 2006 – *Informática / Windows XP, Word, Excel, PowerPoint, Access e Internet.*  
Eurodata

## **Serviços Prestados**

- *Professora – SESI - Atual*
  - Aulas de Ginástica Laboral;
  - Participações em SIPAT com Palestras Motivacionais;
  - Avaliações Físicas em Colaboradores;
  - Tabulações de Dados de Pesquisas com funcionários;
  - Auxílio com Análises Ergonômicas.
- *Professora – Academia Curves - Atual*
  - Aulas de Dança, Ginásticas Localizadas, Correções em Circuito de Musculação e Avaliações físicas.
- *Professora – Fisiosystem Ginástica Laboral e Ergonomia*
  - Aulas de Ginástica Laboral;
  - Palestras Motivacionais para colaboradores;
  - Quick Massagem para colaboradores.
- *Estagiária – SESI*

- Aulas abertas como Hidroginástica, Musculação, Fitness e Recreação.
- Atuação em aulas de ginástica laboral para funcionários internos.