

Paulo Henrique de Albergaria Cantoni

Solteiro, brasileiro, 27 anos.

Endereço: Rua Almirante Alexandrino, 3056 – Casa - Santa Teresa

CEP: 20241-266 Rio de Janeiro – RJ

Telefone: (21) 98393-6221 / (21) 2556 – 6638

E-mail: phacantoni@gmail.com

Objetivo:

Me desenvolver como profissional, atuando de forma pró ativa e com empenho, a todas as atividades que me forem designadas.

Formação Acadêmica / Escolaridade:

Ensino Médio Completo

Ensino Superior Cursando – Educação Física – UFRJ (6º período)

Experiência Profissional:

Escola Eliezer Max – Escola Judaica

Cargo: Estagiário – Fevereiro/2022 a Fevereiro/2023

Auxiliar professores nas aulas de Educação Física da escola, monitorando alunos com idades entre 6 meses à 16 anos, organizando exercícios, e ajudando a elaborar planos de aula. Participar de eventos tais como Jogos Macabeus Escolares Pan-Americanos (Macabíadas), colônia de férias e campeonatos esportivos escolares internos.

Academia Six Athletic Club

Cargo: Estagiário - Janeiro/2020 a Março/2020

Monitorar a sala de musculação e de aeróbico de forma a analisar os exercícios praticados pelos alunos e corrigi-los se necessário; realizar pesquisas/trabalho sobre assuntos relacionados à musculação; elaborar programas e séries de treinamento para alunos com e sem patologias sob supervisão de professores.

Academia Fisilabor

Cargo: Estagiário - Agosto/2019 a Março/2020

Monitorar a sala de musculação de forma a analisar os exercícios praticados pelos alunos e corrigi-los se necessário; auxiliar no uso dos equipamentos da academia, realizar pesquisas/trabalho sobre assuntos relacionados à musculação; elaborar séries de treinamento sob supervisão de professores; recepcionar alunos.

Restaurante Cantina do Gaúcho

Cargo: Auxiliar de Escritório - Novembro/2012 a Agosto/2016

Auxiliar no controle de ponto eletrônico; cotação de preços para compra de insumos; receber os produtos fazendo a devida conferência; elaborar planilhas para controle de compras e vendas; responsável pelas rotinas administrativas em geral, atender telefone, receber e-mails, organizar documentos do arquivo; divulgação do estabelecimento em mídias sociais, Facebook, e no site da empresa; responsável também por auxiliar no fechamento de caixa.

Informática e Cursos:

- Pacote Office
- Cultura Inglesa – Nível Master2 (Avançado)
- Curso profissionalizante em Eletromecânica – SENAI
- Vai na Web – Curso programador front-end – 2º módulo (cursando)

Outras Atividades:

Projeto Botinho (3º GMAR) – 2015 – (Voluntário)

Auxiliar na organização das atividades (primeiros socorros, adaptação a natação, sobrevivência no mar) e supervisão das crianças participantes do projeto.