



VINICIUS DE PAULA

VINÍCIUS DE PAULA

Atuação: Professor, Personal Trainer, Preparador Físico e Consultor Esportivo.

CREF – 7759 – G/DF

Cel: (61) 9913-3006

e-mail: personalviniciusdepaula@gmail.com

Formação

Graduado em Licenciatura Plena em Educação Física pela Universidade de Brasília na segunda turma de 2010.

Experiência Profissional

- Professor:

- Professor convidado em algumas disciplinas de graduação em Educação Física na UnB.

- Personal Trainer:

Ênfase em:

- Fortalecimento muscular, emagrecimento, hipertrofia muscular;
- Experiente com lesionados em joelho e coluna vertebral;
- exercícios físicos terapêuticos em perturbações metabólicas como obesidade, hipertensão e dislipidemias;
- Patologias estruturais como Osteoporose;
- Outros grupos especiais: idosos e crianças.

- Preparador Físico:

- Provas físicas de concursos públicos;
- Preparação de força e potência para diversas modalidades esportivas.

Experiência Prática

- Prática musculação, levantamento de peso olímpico e corridas de velocidade. Foi atleta de futebol. É Bombeiro Militar do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal desde Fevereiro de 2012