



TIAGO MACHADO

TIAGO MACHADO

Personal Trainer
Consultor Esportivo

CREF7 -

Cel: (61) 7815-8058

email: tiagotimar@gmail.com

Graduando em Educação Física pela UnB. Diretor do núcleo de Educação Física do grupo de estudos Trust Sports; Coordenador da academia World Gym – Brasil 21. Ex atleta de Natação e Tae-kwon-do. Experiência profissional com treinamento personalizado e preparação física para esportes individuais e coletivos.

Experiência com:

- Cursos e palestras – Biomecânica, fisiologia e prescrição de treinamento.
- Ganhos de Massa muscular e emagrecimento.
- Treinamento e reabilitação em lesionados e osteoporose.
- Treinamento para portadores de patologias respiratórias.
- Treinamento para portadores de deistúrbios metabólicos (Diabetes, hipertensão, dislipidemias, hormonais e obesidade)
- Preparação Física para concursos, atletas de esportes individuais e coletivos.