

Técnico/a Especialista em Exercício Físico

No fim do curso poderás planear, conceber, orientar e conduzir programas e atividades desportivas da condição física (fitness) bem como participar, sob coordenação e supervisão do/a Diretor/a Técnico/a, na avaliação e prescrição das atividades desportivas.



Início previsto: outubro de 2026

ic Instituto para a
Qualificação

cursos 2026-2027



Tens entre 18 e 29 anos?
Tens o 12º ano?



Formação Geral e Científica

(13,5 pontos de crédito - aproximadamente 150 horas)

Interagir em inglês na atividade desportiva; Analisar as variáveis fisiológicas do esforço e adaptação física ao treino no desempenho desportivo; Analisar a anatomia funcional no corpo humano em movimento

Formação Tecnológica

(76,5 pontos de crédito - aproximadamente 850 horas)

Avaliar o impacto da alimentação, suplementação e doping no desempenho físico; Promover a atividade física, a saúde e estilos de vida saudável; Construir planos de treino personalizados; Prescrever exercício adaptado à condição física; etc.

Formação em Contexto de Trabalho

(15 pontos de crédito - aproximadamente 504 horas)

Trabalho Projeto

(aproximadamente 18 horas)

Curso de Aprendizagem+

✓ Subsídio de alimentação
(em género)

✓ Subsídio de transporte
>23 anos

✓ Seguro de acidentes pessoais

Instituto para a Qualificação



Mais informações em www.madeira.gov.pt/iq

Centro de Formação Profissional da Madeira

☎ (+351) 291 701 090

@ cfpm.iq@edu.madeira.gov.pt