

# Inscreve-te!



Técnico/a Especialista em

# Exercício Físico



Nível 5



1 ano

## Requisitos

- → entre 18 e 29 anos
- → 12º ano

Início previsto: outubro de 2024



✓ Subsídio de alimentação (em género) | Subsídio de transporte | Seguro de acidentes pessoais >23 anos



Planear, conceber, orientar e conduzir todos os programas e atividades desportivas da condição física (fitness), bem como participar, sob coordenação e supervisão do Diretor Técnico, na avaliação e prescrição das atividades desportivas, no controlo da qualidade dos serviços prestados e na implementação de medidas conducentes à sua melhoria, na fidelização dos clientes e na promoção da adesão à prática desportiva e da aquisição de estilos de vida saudáveis.





#### Formação Geral e Científica

| - Língua Inglesa         | 50 h |
|--------------------------|------|
| - Estatística Descritiva | 25 h |
| - Língua Portuguesa      | 50 h |

#### Formação Tecnológica

- Nutrição e Suplementação; Primeiros Socorros no Exercício Físico; Saúde Pública e Atividade Física; Pedagogia do Exercício; Coaching e Comunicação; Gestão de Espaços Fitness; Metodologia das Atividades: de Grupo, de Musculação e Cardiofitness, em Meio ---- 743 h Aguático, Body & Mind, de Outdoor Fitness; Etc.

#### Prática

- Formação em Contexto de Trabalho ---- 504 h Total de horas --------- 1372 h

### Centro de Formação Profissional da Madeira



(+351) 291 701 090



@ cfpm.ig@edu.madeira.gov.pt

Instituto para a Qualificação



















