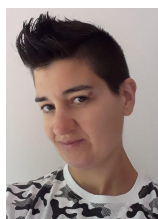


Europass-Curriculum Vitae



Informação pessoal

Apelido(s) / Nome(s) próprio(s) **Neves, Sónia**
Morada(s) Rua Domingos Alvão 115 1º H3
4150-278 Porto
Telemóvel 932582042
Correio(s) electrónico(s) soneves86@gmail.com
Nacionalidade Portuguesa
Data de nascimento 01/11/1986
Sexo Feminino

Experiência profissional

De 29 Dezembro 2018 até 30 Setembro 2021 Instrutora de Body Attack, cycling e personal trainer no Fitness Up Praça Galiza
De 02 Abril 2018 a 21 Dezembro 2018 Instrutora de RPM no Solinca Dragão
De 11 Novembro 2017 a 25 Fevereiro 2018 Instrutora de Body Attack e RPM no Solinca Foz
De 4 Abril 2017 a 31 Janeiro 2018 Instrutora de Body Attack no Fit Spot Parque Nascente
De 5 Setembro 2016 a 29 Junho 2017 Instrutora de musculação e personal trainer no VR Fitness Leça da Palmeira
De 6 Setembro 2016 a 29 Dezembro 2016 Instrutora de Body Attack no Solinca Foz e Fitness Gym Gaia
De 7 Setembro 2015 a 15 Setembro 2016 Personal Trainer e Instrutora de Body Attack no Solinca Norte Shopping

Formação académica e profissional

Abril 2021 Personal Trainer Online Pro – Academia do Personal Trainer
Janeiro 2017 RPM - Manz
Janeiro 2016 Body Attack - Manz
Janeiro 2016 Personal Training Solinca Academy
Julho 2011 Licenciatura Desporto – Recreação e Lazer no IPB - ESE

Aptidões e competências pessoais

Língua(s) materna(s) **Português**

Outra(s) língua(s)

Auto-avaliação

Nível europeu (*)

Inglês

Francês

Compreensão		Conversaço		Escrita	
Compreensão oral	Leitura	Interacção oral	Produção oral		
B2	B1	B1	B2		B2
B2	B1	B1	A2		A2

(*) Nível do Quadro Europeu Comum de Referência (CECR)

Carta de condução Categoria B