



ANDREW PENDLEBURY

Ponte De Lima

911099153

pendleburyandrew@gmail.com

PERFIL DE QUALIFICAÇÕES

Profissional experiente e altamente qualificado na área do fitness, com um historial comprovado de trabalho em contexto de aulas de grupo. Certificado como instrutor Les Mills RPM e com formação concluída no Curso Técnico de Exercício Físico (TEF), possui uma abordagem prática, motivadora e focada em resultados. Ao longo de vários anos de experiência pessoal, desenvolveu competências sólidas em coaching, planeamento de treinos personalizados, gestão de grupos e motivação de clientes para alcançar os seus objetivos de saúde e bem-estar. Interessado em tornar Masterclass instrutor de Les Mills. Fluente em inglês e português, com excelentes capacidades de comunicação e adaptação a diversos públicos e ambientes de treino.

EDUCAÇÃO

Curso Técnico de Exercício Físico (TEF) – CEFAD – 2025

St. Julian's School - International Baccalaureate (I.B)
Aulas incluídos: Design Technology, Tecnologia Informática, Física e Línguas.

University of Brighton, Reino Unido.
Bachelor of Science – Product Design
2002 - 2006

COMPETÊNCIAS CHAVE

Gestão de grupos
Motivador
Trabalhar com crianças
Planeamento de treinos
Coaching
Gestão de objetivos
Problem Solving

EXPERIÊNCIA PROFISIONAL

2024 – *Presente*

Fitness Instructor/Personal Trainer • Axis Wellness

Instrutor de fitness geral e aulas de grupo RPM, Pilates, Vitalidade, Localizada) e Personal Trainer,

2024 - *Presente*

Atividade de Enriquecimento Curricular (AEC) – Atividade Física e Artes Visuais

Programação de atividade física com especial atenção à parte lúdica. Artes visuais como projetos cativantes e únicos.

2023 - 2024

Print-On-Demand • Branding The Vintage

Print On Demand (roupa personalizada) serviço online. Designs únicos para até 750 peças de roupa.

2021 - 2022

Gestão de contas/comerciante • HolidayFox

Representante comercial e gestão de contas para um Start-Up de reservas online. Tarefas de angariação, vendas, apoio ao cliente e artigos/redação de artigos e outros documentos de marketing.

2020 - 2021

Blueprint/designer • RTA Outdoor Living

Gestor/especialista em criação de plantas para cozinhas / churrasqueiras e eletrodomésticos outdoor.

2009 - 2020

CEO • Cascais Holidays

Fundador, gestor de contas e de imagem corporativa para Cascais Holidays – um serviço de reserva de apartamento de férias online na zona de Cascais (Lisboa). Estabelecido várias parcerias com empresas locais.

2008 - 2020

Técnico de rótulos/designer • Nikwax Ltd

Criação e gestão de 2000 rótulos de produtos e marketing, garantindo um processo contínuo e eficiente para produção in-house. Designer de anúncios e membro de equipa de desenvolvimento da marca (branding). Contato com vários clientes internacionais.

2014 - 2015

Especialista em decapagem/fibra de vidro • Classic Care Center

Decapagem para restauros de raiz para automóveis clássicos, técnica elaborada para evitar chapa empenada pronta para aplicar primário. Especialista em restauro de fibra de vidro, incluindo restauro de painéis ou criação de painéis de raiz.

2004 - 2007

Técnico de música/carpintaria • St. Julian's School

Inicialmente empregado para técnico de música com função de criação de inventário do equipamento e acessórios. Posterior a este trabalho, a função era de carpintaria – cortando árvores em risco de queda, corte e produção de mobília outdoor e equipamento de recreio.

LÍNGUAS

Fluente/nativo em Inglês e Português. Bom conhecimento de Espanhol e Francês.