

PLANO PERSONAL

	2 Meses	4 Meses	8 Meses
3x por semana	2x R\$ 420,00	4x R\$ 360,00	8x R\$ 296,00
	Total R\$ 840,00	Total R\$ 1440,00	Total 2375,00
	Por aula R\$ 35,00 / 24 aulas	Por aula R\$ 30,00 / 48 aulas	Por aula R\$ 25,00 / 95 aulas
	2 Meses	4 Meses	8 Meses
4x por semana	2x R\$ 480,00	4x R\$ 400,00	8x R\$ 362,00
	Total R\$ 960,00	Total R\$ 1600,00	Total 2898,00
	Por aula R\$ 30,00 / 32 aulas	Por aula R\$ 25,00 / 64 aulas	Por aula R\$ 23,00 / 126 aulas

PERSONAL TRAINER



Adriano Mota

Currículo

ESCOLARIDADE.

Ensino Fundamental : COLÉGIO MARISTA

Ensino Médio : COLÉGIO OBJETIVO.

Ensino Superior : LICENCIATURA PLENA EM EDUCAÇÃO FÍSICA – ESEFEGO – UEG.

Pós – Graduação : TREINAMENTO DESPORTIVO – ESEFEGO – UEG.

Cref – 2054-G-GO

PARTICIPAÇÃO EM CONGRESSOS , CURSOS E ENCONTROS.

12º CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA – FIEP.

ATIVIDADES CORPORAIS NA PRÉ – ESCOLA.
VOLEIBOL ALTO NÍVEL E ESCOLAR.
ATIVIDADE FÍSICA RELACIONADA A SAÚDE.
TÉCNICAS E POLIMENTO EM VOLEIBOL.
MUSCULAÇÃO.
AVALIAÇÃO FÍSICA.
CARDIOLOGIA APLICADA A ATIVIDADE FÍSICA.
REFAZENDO-SE III ENCONTRO GOIANO DE ATIVIDADES FÍSICAS.
ENCONTRO DANÇA RITUALISTA.
5º SIMPOSIO AMBIENTALISTA BRASILEIRO DO CERRADO.
GOIÂNIA FITNESS 2010 – PERSONAL

ATIVIDADES PROFISSIONAIS EXERCIDAS.

PROFESSOR DE VOLEIBOL SECRETARIA ESTADUAL DE ESPORTE E LAZER.
PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA COLÉGIO ESTADUAL CARLOS ALBERTO DE DEUS.
TECNICO DAS EQUIPES DE VOLEIBOL, HANDBOL E ATLETISMO COLÉGIO ESTADUAL CARLOS ALBERTO DE DEUS.
PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA COLÉGIO ESTADUAL RAIMUNDO GOMES DA FROTA.
TECNICO DAS EQUIPES DE VOLEIBOL COLÉGIO ESTADUAL RAIMUNDO GOMES DA FROTA.
PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLA ALVORADA.
PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLA MUNICIPAL ENG. ROBINHO.
PREPARADOR FÍSICO E ASSISTENTE TÉCNICO, SELEÇÃO GOIANA DE VOLEIBOL INFANTO JUVENIL 1999.
CORDENADOR DE ATIVIDADES FÍSICAS CONDOMINIO RESIDENCIAL GRANVILLE.
PROPRIETÁRIO , PERSONAL (DESENVOLVE TRABALHO PERSONALIZADO PARA 13 ALUNOS E SUPERVISONA OUTROS 7) E AVALIADOR FÍSICO DA CORPO TREINAMENTO PERSONALIZADO E NUTRIÇÃO (ATUALMENTE).

CONQUISTAS E ATIVIDADES ESPORTIVAS.

CAMPEÃO GOIANO DE HIPISMO NÍVEL I (1987).
BI-CAMPEÃO BASQUETE JIM (JOGOS INTERNOS MARISTA 1986-87).
BI-CAMPEÃO FUTSAL JIM (JOGOS INTERNOS MARISTA 1986-89).
CAMPEÃO TORNEIO VOLEIBOL DUPLAS MISTO ESEFEGO (1996).
VICE – CAMPEÃO JIEFF VOLEIBOL- ESEFEGO (2001).
TRI- CAMPEÃO VOLEIBOL JUGS – ESEFEGO (JOGOS UNIVESITARIOS GOIANOS 2000-2001-2002).
CAMPEÃO VOLEIBOL JOGOS ABERTOS DE GOIÁS – ESEFEGO (2000).

VICE – CAMPEÃO VOLEIBOL JOGOS DA PRIMAVERA ANAPOLIS SELEÇÃO JUVENIL (1995).

BI – CAMPEÃO VOLEIBOL COPA SESC – ESEFEGO (2001 – 2002).

BI – CAMPEÃO VOLEIBOL INTERBAIRROS GOIÂNIA – ESEFEGO – PALMARES (2003 – 2004).

BI – CAMPEÃO FUTSAL JICO (JOGOS INTERNOS COLEGIO OBJETIVO 1990 – 1991).

4º LUGAR JUBS VOLEIBOL – ESEFEGO (JOGOS UNIVERSITARIOS BRASILEIRO 2000) VITÓRIA- ES.

3º LUGAR CAMPEONATO BRASILEIRO DE SELEÇÕES INFANTO VOLEIBOL – GOIÁS (PREPARADOR FÍSICO 1998) BRASÍLIA-DF.

ATLETA DA SELEÇÃO FUTSAL COLÉGIO MARISTA (1989).

ATLETA DA SELEÇÃO HANDBOL COLÉGIO OBJETIVO (1993)

ATLETA DA SELEÇÃO GOIANA JUVENIL VOLEIBOL (1995).

ATLETA DA EQUIPE GOIÂNIA E.C VOLEIBOL (1998).

ATLETA EQUIPE FENIX VOLEIBOL (1997).

ATLETA DA EQUIPE DE VOLEIBOL DA ESEFEGO (1996 a 2002)

ATLETA DE VOLEIBOL FEDERADO CBV (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLEIBOL) REGISTRO Nº 74.772 .

ATLETA DE VOLEIBOL FEDERADO FGV (FEDERAÇÃO GOIANA DE VOLEIBOL) REGISTRO Nº 2.891.

TÉCNICO DE VOLEIBOL FEDERADO CBV (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLEIBOL) NÍVEL I REGISTRO Nº 2133/ GO