



Dados Pessoais:

Endereço: Rua Dom Pedro II, Nº:116, Bairro: Jardins;
Cidade/Estado: São Gonçalo do Amarante Celular/RN
CEP: 59293-018; Estado civil: Casado
Data de nascimento: 14/10/1987 Sexo: Feminino
Telefone: (82)991240746,(82)99922-3315
E-mail: mariliagabrielalima1487@hotmail.com
Skype: marilialima1487

Formação:

Faculdade de Alagoas FAL – Maceió – AL

Educação Física (Licenciatura) – Conclusão/2010

Educação Física (Bacharelado) – conclusão/2016.1

CREF:002748G/AL

Centro Universitário CESMAC – Maceió – AL

Faculdade de Ciências Biológica e da Saúde (FCBS)

Pós graduação – Atividade Física para grupos especiais – conclusão (2017.1)

Cursos:

- Ginástica laboral: da implantação á manutenção;
- Exercícios posturais na infância, Academias de Ginásticas e empresas;
- Educação física escolar;
- Step;
- Ministrante da VIII SIPAT CESMAC com o tema: Praticando ginástica laboral;
- Ministrante da IX SIPAT CESMAC com o tema: Praticando ginástica laboral;
- Treinamento de força.
- Suplementação alimentar e recursos ergogênicos para o desempenho físico;
- M.T.E multifuncional exercise training- teoria e prática;
- Biomecânica aplicada ao treinamento de força-teoria e prática;
- Prescrição de treinamento para emagrecimento e hipertrofia-teoria e prática;
- CORE 360 Cursos
- Bodysystem lesmills –body pump e body attack

Conhecimento de Idiomas:

Idioma	Ler	Fala	Escreve
Inglês	Regular	Regular	Regular
Espanhol	Bom	Bom	Bom

Conhecimentos de Informática:

Microsoft (Excel, PowerPoint, Word, Outlook)

Experiências Profissionais:

SESI - ginástica na empresa – Estagiária

Período de Dezembro/2008 á Novembro/2010.

Principais atividades:

Ministrava aulas de Ginástica laboral preparatória, compensatória e de relaxamento para profissionais dos setores industrial, operacional, administrativo, construção civil, serviços gerais e trabalhadores rurais.

Projeto segundo tempo – Estagiária

Período de Janeiro/2009 a Dezembro/2010.

Principais atividades:

Recreação, atividades lúdicas, jogos populares, cantigas de roda e trabalhar a iniciação de esportes como futsal, basquete, vôlei, tênis e atletismo com alunos do ensino fundamental e médio.

Projeto Mais Educação – Monitora

Período de Junho/2010 a Dezembro/2010

Principais atividades:

Princípios, Iniciação, fundamentos, desenvolvimento e prática do futsal.

Academia Moviment Fitness – Estagiária

Período de Setembro/2010 a Janeiro/2011

Principais atividades:

Acompanhar e auxiliar as avaliações físicas;
Planejar programas de musculação;
Monitorar os treinamentos de musculação prescritos;
Programar e Ministrar aulas de aeróbica em grupos definindo-os por faixa etária, necessidades e limite

**Academia condomínio San Nicolas-Professora
Musculação**

Período de abril/2014 a setembeo/2016

Principais atividades:

Realizar avaliações físicas;
Planejar e executar programas de musculação;
Acompanhar os treinamentos de musculação prescritos;
Personal trainer;

Academia Fit Arena – Professora de Natação

Período de junho/2015 a junho/2016

Principais atividades:

Planejar e ministrar aulas de natação infantil e adulto;
Recreação aquática;
Realizar avaliações pedagógica pela MGB;
Planejar e executar atividades para eventos em datas festivas;

PROFESSORA MARÍLIA GABRIELA SILVA DE ARAUJO LIMA

Personal trainer;

Academia Club Fitness

Período de Janeiro/2017 a junho/2023

Principais atividades:

Planejar e executar programas de musculação;

Acompanhar os treinamentos de musculação prescritos;

Professora programa body pump;

Personal trainer;

Academia Foco Fitness

Período de novembro/2017 a outubro/2023

Principais atividades:

Professora dos programas body pump e body atacck;

Personal trainer;