

CÁSSIA

MINGORANCE DE SOUSA

Profissional de
Educação Física

CREF 137968-G/SP



DESCRIÇÃO PESSOAL

- No ambiente de trabalho, sou uma pessoa eficiente, pró ativa, organizada, pontual, respeitosa e atenciosa. Com ávida vontade de aprender cada vez mais, buscando sempre estudar e renovar os conhecimentos. Visto a camisa da empresa e almejo sempre o crescimento pessoal e da empresa na qual trabalho.
- No pessoal, sou uma pessoa simpática, empática, otimista, extrovertida, bem humorada, engraçada e séria quando necessário. Tenho valores e sou uma pessoa reservada. Busco novas experiências.

DESCRIÇÃO DAS EXPERIÊNCIAS

- Experiência na área de academias: Musculação e Fitness: Step, Jump, Spinning, Localizadas, Treinamento Funcional, Workout Dance, Extreme 55, Pilates solo e Aparelho, e experiência com o método abdominal hipopressivo (vácuo abdominal)
- Experiência também com Recreação Infantil e Adulta, aulas de Iniciação Esportiva e Hidroginástica;
- Experiência com Ginástica Laboral;
- Experiência na área Técnica, na montagem de protocolos de aulas mensais, relatório de adesão com gráficos, pesquisa de satisfação;
- Experiência com educação física escolar, elaboração de projeto esportivo, festas.

ESCOLARIDADE

FAEFI - Faculdade de Educação Física

2011-2014

Licenciatura em Ed. Física

UNIMESP- FIG

2015 - 2016

Bacharelado em Ed. Física

DADOS PESSOAIS

NOME:

Cássia Mingorance de Sousa

DATA DE NASCIMENTO:

04/05/1987 37 anos

NATURALIDADE:

Guarulhos - SP

DISPONIBILIDADE:

Período Matutino e Vespertino

CONTATO:

(11) 94887-4388

email: proef.cassia@gmail.com

Instagram: @cassiamiso

Linkedin: cassiamiso

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

ACADEMIA FT FITNESS

2016 Estagiária - Musculação/Funcional

ASSESSORIA FERNANDO ESCARELLI

2016 - ATUAL Musculação/Fitness/Recreação

SUPORTE EDUCAÇÃO E SAÚDE

2019-2020 Ginástica Laboral - Técnica

COLÉGIO NOVA HERAH - ARUJÁ

2022 -2024 Professora de Educação Física
Ensino Infantil - Fundamental I e II

CERTIFICAÇÕES

- Treinamento Funcional Total
- Educação Física Inclusiva Autista
- Extreme 55/ Ubound - Radical Fitness
- Pilates Contemporâneo - VOLL Pilates
- Método Hipopressivo Voll
- Método de Intervenção ABA - Adapte