

# MODELO EUROPEU DE CURRICULUM VITAE



## INFORMAÇÃO PESSOAL

Nome  
Morada  
  
Telefone  
Fax  
Correio electrónico

**INÊS MARTINHO CASTILHO**  
**RUA CAMPEÃO DAS PROVÍNCIAS Nº26**  
**3800-121 AVEIRO- PORTUGAL**  
**963970056**

**inescastilho88@gmail.com**

Nacionalidade  
Data de nascimento

Portuguesa  
12 DE ABRIL DE 1988

## EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

- Datas (de – até)
- Nome e endereço do empregador
- Função ou cargo ocupado

2008-presente data  
APPA CDM de Matosinhos  
Monitora de dança

- Datas (de – até)
- Nome e endereço do empregador
- Função ou cargo ocupado

2006-2008  
Escola Gímnica de Aveiro  
Treinadora Adjunta

- Datas (de – até)
- Nome e endereço do empregador
- Função ou cargo ocupado

2007-presente data  
Federação de Ginástica de Portugal  
Juiz de Ginástica Rítmica

## FORMAÇÃO ACADÉMICA E PROFISSIONAL

- Datas (de – até)
- Nome e tipo da organização de ensino ou formação
- Designação da qualificação atribuída
- Classificação obtida (se aplicável)

2006-2009  
Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

Licenciatura em Ciências do Desporto

14 Valores

- Datas (de – até)
- Nome e tipo da organização de ensino ou formação
- Principais disciplinas/competências profissionais

Março 2008  
Instituto de Socorro a Náufragos

Formação de Nadadores Salvadores

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Datas (de – até)</li> <li>• Nome e tipo da organização de ensino ou formação</li> <li>• Principais disciplinas/competências profissionais</li> </ul>	<p>17 e 18 de Novembro de 2007</p> <p>Federação de Ginástica de Portugal</p> <p>2º Congresso Nacional de Formação e do Treino em Ginástica</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Datas (de – até)</li> <li>• Nome e tipo da organização de ensino ou formação</li> <li>• Principais disciplinas/competências profissionais</li> </ul>	<p>Junho 2007</p> <p>CLIP- Colégio Luso Internacional do Porto</p> <p>Workshop de animação infantil / Animador infantil</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Datas (de – até)</li> <li>• Nome e tipo da organização de ensino ou formação</li> <li>• Principais disciplinas/competências profissionais</li> </ul>	<p>Março 2007</p> <p>Federação de Ginástica de Portugal</p> <p>Curso de Juíz de Ginástica Rítmica</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Datas (de – até)</li> <li>• Nome e tipo da organização de ensino ou formação</li> <li>• Principais disciplinas/competências profissionais</li> </ul>	<p>Fevereiro 2007</p> <p>Federação Portuguesa de Natação</p> <p>Acção de Formação de Hidroginástica</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Datas (de – até)</li> <li>• Nome e tipo da organização de ensino ou formação</li> <li>• Designação da qualificação atribuída</li> </ul>	<p>1993-2005</p> <p>Escola de Bailado de Aveiro</p> <p>“Elementary Sillabus”, conferido pelo Classical Ballet Imperial Faculty</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Datas (de – até)</li> <li>• Nome e tipo da organização de ensino ou formação</li> <li>• Principais disciplinas/competências profissionais</li> </ul>	<p>Junho 2003</p> <p>University of Cambridge</p> <p>Preliminary English Test</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Datas (de – até)</li> <li>• Nome e tipo da organização de ensino ou formação</li> <li>• Principais disciplinas/competências profissionais</li> </ul>	<p>1 a 12 de Setembro de 1998</p> <p>4ºEstágio de Bailado, Dança e Sapateado de Aveiro</p> <p>Ballet Clássico, Dança Contemporânea e Modern Jazz</p>

#### PRIMEIRA LÍNGUA

**PORTUGUÊS**

#### OUTRAS LÍNGUAS

#### INGLÊS

- Compreensão escrita
- Expressão escrita

Bom  
Bom

- Expressão oral

## APTIDÕES E COMPETÊNCIAS SOCIAIS

*Conviver e trabalhar com outras pessoas, em meios multiculturais, em funções onde a comunicação é importante e situações onde o trabalho de equipa é essencial (por exemplo, a nível cultural e desportivo), etc.*

## CARTA(S) DE CONDUÇÃO

Bom

FREQUENTEI UM AGRUPAMENTO DE ESCUTEIROS DURANTE 4 ANOS;  
FREQUENTO UM GRUPO DE JOVENS.

Classe B, desde 15.02.2007