



DATOS PERSONALES

Apellidos: Valente

Nombre: Esteban

Lugar de nacimiento: Málaga, España.

EXPERIENCIA LABORAL

Actualidad: **FISIOSFERA**

Formando parte de un equipo de fisioterapia; colaborando en la readaptación del paciente, mediante el métodos Pilates, ejercicio de tonificación y dietoterapia.

Actualidad: **NUTRIPLANET**

Colaborador de tienda de suplementación deportiva. A cargo del gabinete de dietética.

Actualidad: **SYNERGYM TRINIDAD**

Como Personal Trainer y como monitor de Syner360°, TABATA, GAP, y GRIT (Lesmills)

2013 -2015 **PILATES AND HEALTH**

Elaborando programas de entrenamiento personalizados, realizando seguimiento y supervisión de la progresión de los clientes aplicando coaching motivacional y asesoramiento dietético como entrenador personal.

2010- 2012 **MONITOR DE SALA FITNESS, SOCORRISTA Y MONITOR DE NATACIÓN, AQA TRINIDAD Y AQA EL TORCAL**

Realizando labores propias del cargo.

Eventual: **MONITOR Y AUXILIAR DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS, EXPLORAMÁS EVENTOS Y AVENTURAS S.L.**

Exploramás es una empresa dedicada a realizar actividades de deporte activo para Eventos Corporativos privados. En cual trabajo eventualmente como auxiliar de espeleólogo entre otros cargos.

2008-2010 **MONITOR DE SALA FITNESS Y MANTENIMIENTO 3ª EDAD, GIMNASIO SAHO S.A.**

Realizando labores propias del cargo además de planificación de programas de ejercicios específicos personalizados y adaptados a cada cliente.

2005-2008 **MONITOR DE SALA FITNESS, GIMNASIO ULISES CENTER**

Supervisando la correcta ejecución de las tablas de ejercicios así como asesorando a los clientes; realizando a su vez la venta de productos de suplementación deportiva.

FORMACIÓN

Técnico Superior en Dietética, IES Litoral.

Título de Personal Trainer por Gestion Sport y FEIDA.

Curso Instructor Ciclo Indoor por FEIDA y WI Studies

Curso Instructor Monitor Pilates por FEIDA y WI Studies

Título de Monitor de Fisicoculturismo y Musculación, otorgado por la Escuela Nacional de Técnicos Entrenadores de Culturismo y Fitness y la A.E.F.

Curso Oficial de Crossfit Elements en Centro Deportivo Pérez Fría.

Curso Oficial de Geriatría y Gerontología por la Administración Pública Española.

Diploma de Formación de Cruz Roja Española: Primeros Auxilios y Socorrismo Acuático.

Diploma de Espeleología (1) realizado en la Escuela Andaluza de Espeleología y

Descenso de Cañones por la Federación Andaluza de Espeleología.

Asistencia Seminario Oficial de Ciencias del Deporte: *Suplementación Deportiva*.

Asistencia Seminario Oficial de Ciencias del Deporte: *Abdominales Hipopresivos*.

Asistencia Seminario Oficial de Ciencias del Deporte: *Estética Corporal: Hipertrofia*.

Asistencia Seminario Oficial de Ciencias del Deporte: *Estética Corporal: Pérdida de Grasa*.

Asistencia Seminario Oficial de Ciencias del Deporte: *La dieta Paleolítica*.