



Curriculum Vitae

Nome: Helder Jorge **Andrade** Brandão

E-mail: Helderandrade_11@hotmail.com

Data de nascimento: 18-05-1989

10 anos de experiência como treinador de voleibol:

- Treinador de mini B femininos e treinador adjunto das Juvenis Femininas na época de 2009/2010; no Castelo da Maia Ginásio Clube (CMGC);□
- Vice- Campeão Nacional de Mini B Masculino, Campeão Nacional de Juvenis Feminino e Seniores Feminino (escalão A2) como treinador adjunto nas duas últimas (desenvolvendo também na última papel de Scouter) época 2010/2011 no CMGC;□
- Treinador Adjunto das Júniores Femininas (Participação na fase final do campeonato nacional), Seniores Feminino na A1 (5º lugar), desenvolvendo nestas também o papel de Scouter e preparador físico, época 2011/2012, no CMGC;□
- Treinador Adjunto de mini B femininos, Campeãs do AVP de Infantis; Treinador principal de Infantis Femininas e Treinador Adjunto/Scouter das Vice Campeãs Nacionais da A1, época 2012/2013, no Leixões Sport Club;□
- Treinador principal das seniores femininas, iniciadas femininas e minis B femininas na época de 2013/2014 (3º lugar Nacional), no Leixões Sport Club;□
- Treinador principal das Infantis Femininas, Coordenador do Minivolei e treinador adjunto dos Seniores Masculinos, no Leixões Sport Clube. (Época 2014/2015)□
- Estágio com o Seleccionador Italiano de Voleibol das Júniores Femininas, em Julho de 2012;□
- Obtenção do curso de nível 3 pela Federação Portuguesa de Voleibol;□
- Treinador de Voleibol de Praia das duplas Juliana/ Freches e Rosas/Simões no circuito nacional de 2012/2013, sendo as primeiras campeãs nacionais e os restantes vice-campeões;□
- Coordenação do Torneio Internacional de Voleibol em Matosinhos, o GalaVolley 2014;□
- Coordenação dos campos de Férias do Leixões Sport Clube, bem como criação da Academia de Voleibol de Praia Leixões.□
- Treinador principal das Iniciadas Femininas (Vice-campeão Nacional), Coordenador do Minivolei (Campeão Nacional) e treinador adjunto dos Seniores Masculinos, no Leixões Sport Clube. (Época 2015/2016)□
- Treinador Principal da dupla de voleibol de praia Rosas/ Oliveira bicampeãs nacionais do circuito nacional de voleibol de praia nas épocas 2014/2015 e 2015/2016□
- Formador dos cursos de nível 3 e 2 da Federação portuguesa de Voleibol;□
- Treinador principal das Júniores Femininas (Vice-campeão Nacional), Coordenador e treinador do Minivolei (Vice- Campeão Nacional) (Época 2016/2017)□
- Treinador principal do Castelo da Maia Clube, Seniores femininos na primeira divisão do Campeonato Nacional Portugal (Época 2017/2018)□

4 anos de experiência como instrutor fitness:

- Instrutor de Sala no Ginásio “Planeta health club”, em Aveiro;
 - Personal trainer, professor de aulas de grupo, e responsável de Avaliação física no Ginásio “Planeta health club”;
 - Participação em 2009 na acção de formação “ginásio PT” pelo professor Rui Garganta;
 - Participação em 2012, no primeiro Congresso Português de Fitness Integrado;
 - Participação no curso de Formação Profissional “Pilates MW1/ Certificação Matwork APPI (16ª edição), em Maio de 2013;
 - Trabalho como PT no ginásio Solinca, no NorteShopping no Porto, em 2015
 - Trabalho como PT no ginásio Solinca, no Dragão e Ermesinde, em 2017 • Participação na 5ª, 7ª e 8ª Edição da Universidade Júnior como Monitor e respetiva formação;□
 - Participação em 2009 na ação de formação “Natação: principais erros técnicos e respetivas propostas de correção” pelo Professor Ricardo Fernandes;□
 - Participação em 2009 no Colóquio Saúde e Segurança no Trabalho, que decorreu na faculdade do ISCET;□
 - Participação na organização, em 2011, da 3ª Edição CIJDC;□
 - Nível I no curso de “Coaching desportivo e treino mental”, em Abril de 2014.□
 - Trabalho em Telemarketing de Comunicação em 2015□
- Em 2013/2014 – Docente auxiliar, do gabinete de Voleibol na FADEUP□

Currículo desportivo (praticante)

• 5 Anos em escalões de formação de Voleibol, acabando em juniores (SC Espinho), Vice-Campeão de Juniores Masculinos 2006/2007

• 3 Anos na liga A2 de voleibol Sénior (FC Aliança).

• 2 Anos no LSC Sénior B (lutar pela subida da 2ª divisão)

Mestrado iniciado em Outubro de 2010 e finalizado em 2014

Licenciatura iniciou em Setembro de 2007 e deu-se por terminada em Julho de 2010 Pós-Graduação em Novembro de 2009

Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário Licenciatura em Ciências do Desporto – Ramo Treino Desportivo

Pós-Graduação em Musculação e Cardio-fitness Pós-graduação em Treino de Alto Rendimento

- Ciências do Desporto;
- Desporto e Populações Especiais;
- Exercício e Saúde;
- Gestão desportiva;
- Treino desportivo;
- Didática;
- Educação;
- Formação de professores.