

CURRICULUM VITAE

IDENTIFICAÇÃO



Nome	Cristina Pina
Data de Nascimento	Janeiro de 1979

CURSOS E ESPECIALIZAÇÕES

Massagem Ayurvédica; Massagem Terapêutica; Massagem Relaxante; Massagem Biodinâmica e Quantum Touch

FORMAÇÃO ACADÉMICA

- 2008 **Pós-graduação em Gestão e Avaliação de Projectos** - Média final: 18 valores
Universidade Católica Portuguesa
- 2004 **Licenciatura em Sociologia** - Média final: 15 valores
Universidade Autónoma de Lisboa

OUTRAS HABILITAÇÕES

Diploma em **Matwork Pilates** - ALM Pilates (portadora da **Cédula PROFCAD** emitida pelo IDP - nº 12524)

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

Abril 2016 até data

Massagista - My Wellness Concept - Restelo
Massagista ao domicílio
Instrutora de Pilates no Solinca Vasco Gama

Fevereiro 2013 até Dezembro de 2014 - Leads4Sales - Central de Vendas online, São Paulo,
Comunicação Interna e endomarketing

- ↳ Responsável pelas campanhas de endomarketing.
- ↳ Criação de Campanhas de incentivo para a área de vendas.
- ↳ Organização dos eventos de confraternização da empresa.
- ↳ Elaboração de comunicados internos, e-mail Marketing e manutenção das redes sociais.

Instrutora de Pilates

Novembro de 2011 até Junho de 2012

Estágio extra curricular no Health & Racket Club Quinta da Marinha.

Formação em Avaliação e Prescrição de Treino Personalizado cardio e de musculação; Concepção, coordenação e condução de programas de exercício físico e análise crítica das diferentes metodologias de actividades em academia. Formação em Pilates (Grande Equipamento).

Outubro 2006 a Maio 2011 - Universia Portugal, S.A. (Grupo Santander)

Gestora comercial

- ↳ Gestão de carteira de clientes;
- ↳ Lançamento de novos produtos e campanhas Web
- ↳ Responsável pela área e-commerce, publicidade online e Portal de emprego.

Maio de 2005 a Dezembro de 2005 - Chapitô

Colaboração - apoio à Investigação

- ↳ Pesquisa e Apoio ao Grupo de Artes e Conteúdos da EPAOE
- ↳ Levantamento bibliográfico e responsável de compras da Biblioteca.

Maio 2002 a Setembro 2006 - Universia Portugal, S.A. (Grupo Santander)

Gestora de conteúdos

- ↳ Gestão de conteúdos informáticos no Portal Universia
- ↳ Pesquisa e elaboração de conteúdos para lançamento de novas áreas do Portal.

APTIDÕES E COMPETÊNCIAS SOCIAIS

Capacidade de organização, comunicação, responsabilidade e pontualidade, vontade de aprender e facilidade de adaptação a novos ambientes e a trabalho de equipa.

APTIDÕES E COMPETÊNCIA TÉCNICAS

Línguas	Inglês	Espanhol
Compreensão escrita e oral	Boa	Média
Expressão escrita e oral	Boa	Média

Informática [óptica do utilizador - Word, Excel, Power Point, Access, Outlook]

INFORMAÇÃO ADICIONAL

2012: Participação na 4ª **Maratona Internacional de Pilates** em Castellamare di Stabia, Itália - organização de Sportlandia.

1990/1996: Atleta federada em Basquetebol pelo Sport Club Maria Pia e pelo Clube Recreativo dos Estrelas da Avenida tendo integrado a selecção nacional de juniores.

INTERESSES: Cinema, Música, Leitura, Internet, Fotografia, Eventos, Viagens, Desporto e Voluntariado.