

Datos personales:

Nombre: Manuel Sarabia Gorin.

Teléfono Móvil: 1134700945.

Email: sarabiam22@hotmail.com.

Facebook: Manuel Sarabia /Instagram: @manuelsarabia.ms

Nacionalidad: Francesa, NIE: X4804378-T (Las Palmas de Gran Canaria, España).

Nacionalidad: Argentina, DNI 35229829.

Profesión:

\*M & S: Entrenador Personal y grupal, 2011 - hasta la actualidad.

Entrenamiento Funcional para todo público; Entrenamiento de alto rendimiento; RPG Reeducación Postural General (mayormente para la tercera edad); estrategias integrales para descenso de peso; planes de alimentación consciente; Coaching integral para bienestar general; Hipertrofia (musculación clásica, rutinas); Fitness (clases grupales); técnicas de Running; Presenciales y virtuales.

\*M & S: Capacitador (cursos y talleres), 2020 – hasta la actualidad.

Entrenamiento Funcional; Alimentación & Descanso; Respiración & Postura; Movimiento para tercera edad; Ejercicios lúdicos para niños; Coaching motivacional integral.

\*TEF Tecnicatura en Fitness: Capacitador, 2020 – hasta la actualidad.

Entrenamiento Funcional adaptado para todo público.

\*Ayres Gym: Entrenador de musculación, 2012 – 2016.

Coaching integral adaptado al bienestar físico y mental, para todo público (sexo y edad).

\*Ayres Gym: Entrenador de Gimnasia Localizada (grupal), 2014 - 2016.

Entrenador de gimnasia localizada, en forma de circuito y por bloques.

\*Aires Up Fitness: Entrenador de musculación, 2013 – 2019.

Coaching integral adaptado al bienestar físico y mental, para todo público (sexo y edad).

\*Aires Up Fitness: Entrenador de Gimnasia localizada (grupal), 2015 – 2019.

Entrenador de gimnasia localizada, en forma de circuito y por bloques, según el público.

\*Aires Up Fitness: Entrenamiento Funcional (grupal), 2014 – 2019.

Coach en Entrenamiento Funcional adaptado, para todo público (sexo y edad).

Formación profesional:

-Escuela ERA: Personal Trainer, 2010 (Buenos Aires, Argentina).

-Escuela ERA: Instructor de Fitness, 2012 (Buenos Aires, Argentina).

-IEA Instituto de Enseñanza Atrica: Curso de Masajes Integral, 2013 (Buenos Aires, Argentina).

-IEA Instituto de Enseñanza Atrica: Curso de Quiropraxia de Columna Vertebral, 2014 (Buenos Aires, Argentina).

-UNIFIT Universidad del Fitness: Curso de Entrenamiento Funcional, 2015 (Buenos Aires, Argentina).

-UNIFIT Universidad del Fitness: Curso de descenso de peso, 2016 (Buenos Aires, Argentina).

-Centro de Formación Profesional N°13: Curso de formación del supervisor en gestión de recursos humanos y liderazgo, 2019 (Buenos Aires, Argentina).

-TEF Tecnicatura en Fitness: Técnico Superior en Fitness, 2020 (Buenos Aires, Argentina).

Formación secundaria:

-I.E.S. Pérez Galdós (Las Palmas de Gran Canaria, España).

-Examen de PAU aprobado.

Movimiento & Salud 