

CERTIFICADO

DE CONCLUSÃO DE CURSO

O **Portal IDEA** confere a

Renata Sena dos Santos

o certificado referente a conclusão do curso de **Spinning**

concluído no período de **20/04/2022** até **25/04/2022**, com a carga horária de **40 horas**

e nota final de **60 pontos**.

ALUNO (A)

Soraya José Murad

SORAYA JOSÉ MURAD
(DIRETORA)



CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- Introdução - 5 horas
- Benefícios do spinning - 5 horas
- Como fazer spinning - 5 horas
- Quem pode fazer e contraindicações - 5 horas
- Spinning para emagrecer - 5 horas
- A importância da música na aula de spinning - 5 horas
- Dicas importante para a prática de spinning - 5 horas
- Bicicleta ergométrica x spinning - 5 horas

Nota final: 60 pontos



Instituto de Desenvolvimento e Aprendizagem
CNPJ: 30.363.776/0001-37

**CERTIFICADO VÁLIDO EM
TODO TERRITÓRIO NACIONAL**

**CERTIFICADO EMITIDO EM CONFORMIDADE
COM O DECRETO FEDERAL Nº 5.154/04**

Certificados de Cursos Livres não são
válidos como curso de Nível Superior
(Graduação, Extensão, Pós-graduação)

Valide seu certificado acessando:
portalidea.com.br/validar-certificado

ou pelo QR Code abaixo



e digite o código abaixo

CÓDIGO DE VALIDAÇÃO

10146682657

IDEA Instituto de Desenvolvimento
e Aprendizagem LTDA
CNPJ: 30.363.776/0001-37