



RICARDO AGUIAR



FUNÇÃO ATUAL:

-Fundador,
Sócio Gerente, Diretor Técnico
e Osteopata do Symetrix
Pilates &
Functional Training Studio.

-Professor Universitário

- Cédula Profissional: C-0031060

CONTACT

T: 965010408

E: Symetrixmadeira@gmail.com

W: <https://www.symetrix.pt/>

CERTIFICAÇÃO ACADÉMICA

- 2000 - SGA (stretching Global Activo)

La Rééducation Posturale Globale Appliquée au Sport
Escola Philippe Soucard

- 2000 - Exercise Physiologist

ACSM - The American College of Sports Medicine

- 2001 - Advanced Sport Nutrition

International School of Sports, Nutrition and Human
Performance

- 2002 - Personal Trainer

NSCA – National Strength and conditioning Association

- 2002 – Woman Athlete

International School of Sports, Nutrition and Human
Performance

- 2003 – Nutricional Spplements: The Practical
Applications in Sports, Human Performance and Life
Extension

International School of Sports, Nutrition and Human
Performance

- 2005 – Body Control Pilates

Body control, UK

- 2006 – Intermediate Matwork

Body control, UK



RICARDO AGUIAR

CERTIFICAÇÃO ACADÉMICA

- 2008 – Muscle Activation Techniques (Matwork) Lower Extremity
Wellx Pro School, Lisboa
- 2010 – Conclusão da Licenciatura em Educação Física e Desporto
Universidade da Madeira
- 2013 – Conclusão do Mestrado em Actividade Física e Desporto
Universidade da Madeira
- 2013 - WELLX PRO SCHOOL / WELLNESS & EXERCISE
- Curso de Mecânica Aplicada ao Exercício: Fundações da Mecânica do exercício – I, II, III, IV
ESPECIALIDADES: Funcional /Osteopatia no desporto / Osteopatia cranial
ESTISL – Escola Superior De Tecnologia De Saúde De Lisboa
- 2014 - Curso de Imagiologia
Gabinete de Terapias Manuais e Medicina Integrativa
- 2015 – Curso de Osteopatia
ITS - Instituto de Técnicas de Saúde

CONTACT

T: 965010408

E: Symetrixmadeira@gmail.com

W: <https://www.symetrix.pt/>



RICARDO AGUIAR

- 2015 - KT Taping Basic, Intermediate, Advanced

Whole Body

- 2016 – Muscle Energy Techniques

Leon Chaitow

- 2016 - Exercise is Medicine

ACSM - The American College of Sports Medicine

- 2016/2019

1. Avaliação e Tratamento Crânio-Facial nível 1,2,3,4 e 5;

2. Anatomia Palpatória Nível I e II

3. Curso TMPI: Terapia Manual Pediátrica Integrativa, Nível 1;

4. Curso ATM Multidisciplinar: Articulação Temporomandibular;

5. Avaliação e Tratamento Visceral;

Gabinete de Terapias Manuais e Medicina Integrativa

- 2018 – Neural Manipulation 1 e 2

Barral Institute

- 2018/2019

- Visceral Manipulation 1.2.3 e 4;

- Manual Articular Approach: Spine & Pelvis;

-Craniosacral Terapy

Barral Institute

CONTACT

T: 965010408

E: Symetrixmadeira@gmail.com

W: <https://www.symetrix.pt/>



RICARDO AGUIAR

PRELETOR / ENSINO

- 2011 - Avaliação Funcional no Curso de Pós-graduação em Medicina Desportiva
Faculdade de Medicina da Universidade do Porto
- 2011 - Treino de Potência
XXI Clinic AAM: Associação de Andebol da Madeira
- 2011 - Treino Muscular Extremo para Mestrado de Treino De Alto Rendimento
Faculdade de Medicina da Universidade do Porto
- 2012 - Benefícios da Actividade Física
Jerónimo de Martins, Pingo doce
- Desde 2014 até à data - Professor Convidado pela Universidade da Madeira leciona a disciplina de Estudos Práticos: Atividades de Ginásio e a disciplina de Intervenção em Desporto.
Universidade da Madeira

CONTACT

T: 965010408
E: Symetrixmadeira@gmail.com
W: <https://www.symetrix.pt/>



RICARDO AGUIAR

PRELETOR / ENSINO

- 2015 – Metodologia do Treino em Karaté-força
AKRAM: Associação de Karaté da Região Autónoma da Madeira
- 2017 – Avaliação Postural e Prescrição de Exercícios Corretivos
AKRAM: Associação de Karaté da Região Autónoma da Madeira
- 2016 /2017 /2018 – Formação de Anatomofisiologia
LAKSHMI YOGA

CONTACT

T: 965010408

E: Symetrixmadeira@gmail.com

W: <https://www.symetrix.pt/>



RICARDO AGUIAR

CURRICULUM DESPORTIVO

- 1972 – 2º Lugar – Lançamento de peso -Direção Geral da Educação Física e Desporto
- 1977 – 1º lugar nos 100 metros
- 1993 - 1º Lugar 70-80kg Associação Portuguesa de Powerlifting
- 1994 - 4º Lugar Campeonato do mediterrâneo de Body Building - 70-75kg
- 1995 – Campeão Nacional de Cultura Física - *O Primeiro atleta da região a conquistar um título nacional*
- 1997 - 5º Lugar no Mundial - WABB: World Amateur Body Building

CONTACT

T: 965010408

E: Symetrixmadeira@gmail.com

W: <https://www.symetrix.pt/>



RICARDO AGUIAR

AÇÕES DE FORMAÇÃO / WORKSHOP / PALESTRAS

- 2010 – “Exercício na saúde e doença” – professor José Soares
- 2011 – Qualidade e gestão das instalações desportivas na UMA- Universidade da Madeira
- 2011 – Análise mecânica e funcional de exercícios de força
- 2012 - Exercício para populações especiais, treino funcional - Core - MANZ
- 2018 – Congresso Internacional de RPG - Reeducação Postural Global

CONTACT

T: 965010408

E: Symetrixmadeira@gmail.com

W: <https://www.symetrix.pt/>