

CURRICULUM VITAE



DATOS PERSONALES

Nombre
Fecha de nacimiento
Nacionalidad
Numero telefónico

Lugar de residencia
Lugar de trabajo
Correo Electrónico

Manuel A Núñez Alfaro
13 de febrero de 1972.
Costarricense
2280-9447 (habitación)
8372-8550 (celular)
GUADALUPE
Propio
tony0101@yahoo.com

ESTUDIOS FORMALES

Primaria

Colegio Madre del Divino Pastor
(Conclusión de estudios primarios)
1978--1984

Secundaria

Colegio Madre del Divino Pastor
(Hasta 5 año) 1985--1989

Bachillerato

Instituto Jiménez 1998

Promotor y Entrenador de la Salud

A.I.S. Universidad de San José
2008

ESTUDIOS INFORMALES

2010

- Metodología del Entrenamiento y Prescripción del ejercicio
- Primeros Auxilios y Resucitación Cardiopulmonar
- SPINNING Certificate of Completion
- Jornada de Actualización para Entrenadores Personales
- Primer Simposio de Preparación para el Certificado Internacional de Entrenador Personal NSCA-CPT

UACA AIS
Alerta WAM Rescate
MAD DOGG ATHLETICS
World Gym

NSCA Costa Rica

2008

- Seminario Ciencia en el Entrenamiento Personal, Transición al Fitness y del Fitness al Wellness
- Curso Salva corazones RCP/DEA
- V Foro Internacional Actividad Fisica y Salud
- Curso Intensivo de la Ciencia del Fitness
- Taller Zonas de energía Intervalos
- Taller Fuerza, Colinas y Potencia

Inst. World Gym C.R.
CIP S.A. A.I.S. U. San José
RECAFIS RAFA-PANA
Gatorade Sports Science Institute
MAD DOGG ATHLETICS
MAD DOGG ATHLETICS

2007

- Certificación de Entrenador Personal
- Introducción a los Ejercicios Localizados
- OPT MODEL Personal Training
- Taller Reebok Final Cuts

Inst. World Gym C.R.
Inst. World Gym C.R.
Reebok University
Reebok University

2006

- SPINNING Certificate of Completion
- Programa de Conductas Saludables Asociadas al Ejercicio
- Curso Entrenador Personal ANED
- Curso Intermedio del Idioma Alemán
- Cycle Reebok advance training techniques
- Training Seminar The Foundation of Cycle Reebok
- Curso Entrenador Personal nivel 2

MAD DOG ATHLETICS
Universidad UNIBE
Acad. Nac. de Entrenadores Dep.
Academia Europea
Reebok University
Reebok University
Arena Trek / INA

2005

- Curso Entrenador Personal nivel 1
- Instructor Ciclismo Estacionario
- Curso Salva corazones Plus/ DEA
- Curso Básico del Idioma Alemán

Arena Trek / INA
Arena Trek / INA
CIP S.A. Arena Trek
Academia Europea

2004

- Curso avanzado RCP y OVACE
- 1 Taller aprovechamiento primeros auxilios básicos
- 1 Seminario taller Revista ES
- Simposio Medicina Deportiva

AB GYM Desamparados
AB GYM Desamparados
Hotel Best Western Irazu
Hotel Camino Real

2001

- Seminario Fitness nivel 1

Federación Nac. Fit. Y Físico

2000

- Instructor Personal

Grupo Multi-spa

1999

- Seminario Brasil en Costa Rica aeróbicos

Top line internacional

1998

- Campeonato de Fuerza y Resistencia
- Primeros Auxilios Avanzados
- 1 Competencia Interna Destreza-Fuerza y Resistencia
- 1 Aerofun aeróbicos
- 3 Festival deportivo y cultural Santo domingo Savio
- 1 Convención Nac. Aeróbicos estilo Latino
- Administración y Manejo del tiempo

Top Squash
Gimnasio Compact Body
American Gym
Hotel Irazu
Tibas
San José
Universidad Veritas

1997

- La Convención Centroamericana de Ejercicios Físicos Panamá Fit
 - Anatomía muscular y Ósea
- Panamá
Gimnasio del Este

1996

- Cursos de Alimentación Saludable
- Naturalia

CONOCIMIENTOS

- Uso de computadora, Word, Excel, Internet, inglés, alemán,

OTROS LOGROS

- 2 Lugar Competencia de Abdominales
 - 2 Lugar Cat. Menor Campeonato Fuerza y Resistencia
 - 3 Lugar 1 Campeonato Resistencia Aeróbica Acuamania cat. B
 - 2 Lugar Sr. Gimnasio del Este cat. Hasta 75 kg.
 - Instructor en el Festival de Resistencia de Spinning
- Gimnasio del Este 1996
Gimnasio Compact Body 1996
Acuamania 1997
Gimnasio del Este 1198
Coronado 2005

EXPERIENCIA LABORAL

2004-- 2010

- Entrenador Personal, de Spinning, Aeróbicos, Tae-bo, Localizado
- Gimnasio Nice Body Jardines de Moravia, Ipis
- Gimnasio Dynamics San Francisco de Dos Rios
- Gimnasio George Angulo Fitness
- Gimnasio 360 Hacienda Vieja Curridabat
- Gimnasio Power 2000 Calle Blancos
- Gimnasio Diamond`s Zapote
- Gimnasio Empleados IICA Coronado
- Gimnasio Compact Body Rhormoser
- Gimnasio Platinum Zapote
- Gimnasio A B Gym Desamparados
- Gimnasio Amigos Guadalupe
- Gimnasio Power Time Heredia
- Gimnasio Power Zone Coronado
- Gimnasio Zeus Center Parque de La Paz
- Gimnasio Zeus Center Tres Ríos
- Gimnasio Platinum Barva de Heredia

1996-- 2004

- Gimnasio Platinum Barva de Heredia Instructor pesas, spinning, aeróbicos
- Gimnasio Platinum Zapote Instructor pesas, spinning, aeróbicos
- Gimnasio Yisem Curridabat Instructor pesas, spinning, aeróbicos
- Gimnasio Momentum Zapote Instructor pesas, spinning, aeróbicos
- Gimnasio Amigos Guadalupe Instructor pesas, spinning, aeróbicos
- Gimnasio American Gym Calle blancos Instructor pesas, aeróbicos
- Gimnasio Derma Clinic Curridabat Instructor pesas, aeróbicos
- Gimnasio Arte Aeróbico Génesis Pavas Instructor aeróbicos
- Gimnasio Top Squash Sabana Sur Instructor pesas, aeróbicos
- Gimnasio del Este Sabanilla Instructor aeróbicos