

**Vaga:** Professor/Instrutor de Pilates e Alongamento

**Atividade/Local:** Projeto Integração. Oficina de Atividade Física a ser realizada no Centro Comunitário Cisne Branco (CISBRAN), no Guará, em Brasília-DF.

**Tipo de voluntário:** Voluntário Presencial Contínuo.

**Sobre a Vaga:** O voluntário irá ministrar aulas para adultos com o objetivo de promover a aptidão física em geral, com foco na saúde e no bem-estar, possibilitando a prevenção de doenças e redução de agravos por meio da prática regular da atividade física e irá proporcionar, ainda, momentos de descontração e integração entre o grupo, com a melhora da qualidade de vida.

**Pré-requisitos:** Formação em Educação Física ou Curso de Especialização ou Aperfeiçoamento em Educação Física do CEFAN, além de conhecimento de Pilates.

**Dias, horários e local:** O objetivo é realizar duas oficinas no ano, no salão do CISBRAN, nos meses de março a junho e de agosto a novembro, sendo 2 encontros semanais de 1h cada, preferencialmente às terças e quintas-feiras, de 18 às 19h.

**Interessados entrar em contato com [brasil@vcb.org.br](mailto:brasil@vcb.org.br)**