



**JUVENAL FERNANDES**  
**DIRETOR DA PÓS-GRADUAÇÃO**  
ESPECIALISTA EM CROSS TRAINING

**Co-fundador CrossFit Aveiro**

**Certified CrossFit Level 1 & Level 2 Trainer**

**Consultor técnico na área de CrossFit,  
Coordenação de Sala de Exercício &  
Personal Training**

**> 1200h como Formador**  
nas áreas de Personal Training, CrossTraining e  
HIPT, Avaliação Física e Musculação  
& Cardiofitness

**Mestrado em Treino de Alto Rendimento  
Desportivo**  
FADEUP

**Licenciatura em Desporto e Educação Física**  
FADEUP