

“Acordar a sorrir, é uma forma que tenho de me preparar para dar o melhor de mim aos meus pacientes. Fisioterapia, Pilates, formação, mais do que competências profissionais, são uma paixão. A Equilibrium é um projeto construído e nutrido pela dedicação.”

VÂNIA COELHO



FISIOTERAPIA | PILATES CLÍNICO | FORMAÇÃO

2015 – Mestrado em Fisioterapia: Terapia Manual Ortopédica

2010 – Pós-Grad. em Fisiopatologia do Sist. Crâneo-Cervical, Crâneo-Mandibular e Dor Facial

2007 – Licenciatura em Fisioterapia

2017 – Especialização em Saúde da Mulher

Fundadora e diretora clínica da Equilibrium. Enquanto estudante e profissional, focou-se constantemente em enriquecer os conhecimentos participando em inúmeros congressos de Fisioterapia e realizando formação avançada de vários pontos do mundo, como Austrália, Brasil, França e Espanha. Atualmente, é formanda de Sociodrama pela Sociedade Portuguesa de Psicodrama.



Formações diversas

- Variadíssima formação em Pilates: Princípios do movimento pela Polestar Pilates, Pilates Clínico (Pilates For Practitioners – Rehab Matwork 1; Pilates For Practitioners – Class Instructor pela WellWoman), Pilates Contemporâneo com equipamentos, (diferentes escolas de vários países como Portugal, Austrália, Inglaterra, Brasil)
- Healthy HIT Pilates, Austrália
- Stretching Global Activo pela Universidade Internacional de Terapias Manuais, França
- Fisioterapia dermato-funcional facial, corporal e redução de medidas, Brasil
- Terapia Manual Avançada nas Disfunções do Pavimento Pélvico, Irlanda
- Reabilitação da ATM, Chile
- KinesioTaping
- (...)

Áreas de Interesse

- Saúde da Mulher de foro uroginecológico, preparação para parto e recuperação pós-parto
- Pilates Clínico em grupo e na reabilitação individual
- Pilates em modo de treino de alta intensidade, pelo método Healthy HIT® Pilates
- Correção postural por meio de abordagem globalista e com recurso a múltiplas técnicas de reabilitação física e educação do utente
- Especializações em Reabilitação da ATM, na Saúde da Mulher, em Pilates Clínica
- Terapeuta de Mindfulness;
- Formadora profissional
- Mindfulness e Sociodrama, aplicado a crianças e adultos
- Condições laborais com implementação de melhorias na gestão de stress físico e emocional
- Serviços de Wellness com vista na aposta de serviços diferenciados, de trato requintado e personalizado

"A minha profissão é linda!!!", Vânia Coelho

