

Treinamento Funcional e Cross Training

- 1 Bases para análise fisiológica do exercício. ----> (Parnaíba = Data: 09 e 10 de Fevereiro de 2019) & (Sobral = Data: 16 e 17 de Fevereiro de 2019)
- 2 Anatomia funcional da coluna e sua aplicabilidade aos exercícios funcionais e cross training. ----> (Parnaíba = Data: 24 e 25 de Março de 2019) & (Sobral = Data: 23 e 24 de Março de 2019)
- 3 Cinesiologia e biomecânica aplicada aos exercícios funcionais e cross training. ----> (Parnaíba = Data: 13 e 14 de Abril de 2019) & (Sobral = Data: 13 e 14 de Abril de 2019)
- 4 Metodologia do trabalho científico. ----> (Parnaíba = Data: 18 e 19 de Maio de 2019) & (Sobral = Data: 18 e 19 de Maio de 2019)
- 5 Avaliação funcional e exercícios corretivos. ----> (Parnaíba = Data: 29 e 30 de Junho de 2019) & (Sobral = Data: 15 e 16 de Junho de 2019)
- 6 Nutrição aplicada ao treinamento funcional e cross training. ----> (Parnaíba = Data: 27 e 28 de Julho de 2019) & (Sobral = Data: 20 e 21 de Julho de 2019)
- 7 Treinamento e desenvolvimento do core. ----> (Parnaíba = Data: 24 e 25 de Agosto 2019) & (Sobral = Data: 17 e 18 de Agosto 2019)
- 8 Treinamento funcional e cross training para o desenvolvimento das capacidades motoras. ----> (Parnaíba = Data: 28 e 29 de Setembro de 2019) & (Sobral = Data: 21 e 22 de Setembro de 2019)
- 9 Periodização aplicada ao Treinamento funcional e cross training. ----> (Parnaíba = Data: 26 e 27 de Outubro de 2019) & (Sobral = Data: 19 e 20 de Outubro de 2019)
- 10 Métodos de treinamento pliométrico e LPO. ----> (Parnaíba = Data: 23 e 24 de Novembro de 2019) & (Sobral = Data: 09 e 10 de Novembro de 2019)
- 11 Métodos de treinamento funcional e cross training com kettlebell e rope. -> (Parnaíba = Data: 14 e 15 de Dezembro de 2019) & (Sobral = Data: 07 e 08 de Dezembro de 2019)
- 12 Treinamento funcional aquático. ----> (Parnaíba = Data: 25 e 26 de Janeiro de 2020) & (Sobral = Data: 18 e 19 de Janeiro de 2020)
- 13 Organização e planejamento do treinamento funcional e cross training para indivíduos sedentários e condicionados. ----> (Parnaíba = Data: 15 e 16 de Fevereiro de 2020) & (Sobral = Data: 15 e 16 de Fevereiro de 2020)
- 14 Aplicação do treinamento funcional e cross training na infância e na adolescência. ----> (Parnaíba = Data: 28 e 29 de Março de 2020) & (Sobral = Data: 21 e 22 de Março de 2020)

15 Treinamento funcional e cross training aplicado a populações especiais (idosos, cardiopata, diabético e obesos). ----> (Parnaíba = Data: 18 e 19 de Abril de 2020) & (Sobral = Data: 25 e 26 de Abril de 2020)

16 Aplicação do treinamento funcional e cross training na reabilitação das lesões musculares e articulares (exercícios terapêuticos). ----> (Parnaíba = Data: 30 e 31 de Maio de 2020) & (Sobral = Data: 23 e 24 de Maio de 2020)

17 Liberação miofascial e bandagens funcionais: elásticas e rígidas. ----> (Parnaíba = Data: 20 e 21 de Junho de 2020) & (Sobral = Data: 20 e 21 de Junho de 2020)

18 Planejamento e organização de estúdios para treinamento funcional e box training. ----> (Parnaíba = Data: 25 e 26 de Julho de 2020) & (Sobral = Data: 18 e 19 de Julho de 2020)

19 Trabalho de conclusão de curso. ----> (Parnaíba = Data: 22 e 23 de Agosto de 2020) & (Sobral = Data: 22 e 23 de Agosto de 2020)