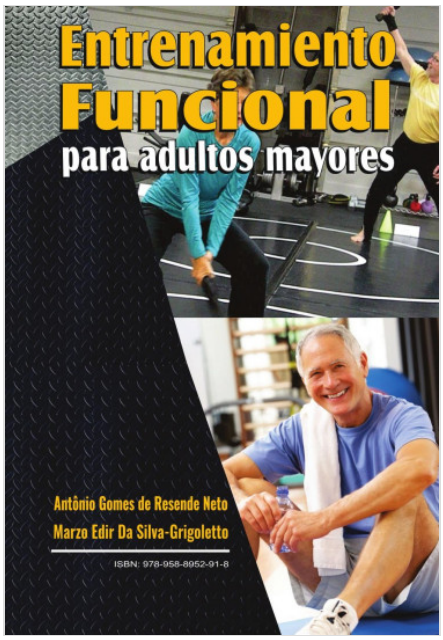
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL PARA ADULTO MAYOR

Autores

Da Silva Grigoletto Marzo Edir, Antônio Gomes De Resende Neto

Sinopsis

En este libro, los profesores Antônio y Marzo presentan, en un lenguaje práctico y didáctico, las principales características psicobiológicas del envejecimiento, el concepto y las características del entrenamiento funcional, los resultados de los principales estudios que involucran el entrenamiento funcional en adultos mayores, además de los estudios ya realizados en el Functional Training Group. Para completar esta obra, los autores comparten modelos de sesiones de entrenamiento, viabilizando la aplicación inmediata del contenido presentado.



IBD

Año de publicación: 2019

Presentación: Tapa blanda o Bolsillo

Tamaño: 24.6 x 17 cm

Número de páginas del contenido principal: 116 Páginas

ISBN13: 9789588952918

DM

Sobre el autor

Da Silva Grigoletto Marzo Edir

AR

Antônio Gomes De Resende Neto

Palabras clave

Gerontología; Adulto mayor; Adulto mayor y actividad física; Tercera edad; Ejercicio; Funcional

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen