

2014-05-06 18:41:40

<http://justnews.pt/noticias/comecou-hoje-a-semana-de-exercicio-e-saude-da-faculdade-de-motricidade-humana>

Começou hoje a Semana de Exercício e Saúde da Faculdade de Motricidade Humana

Está a decorrer, de 6 a 9 de maio, a Semana de Exercício e Saúde da Faculdade de Motricidade Humana, organizada pelos estudantes do 3.º ano do menor em Exercício e Saúde no âmbito da disciplina Atividades de Estágio em Exercício e Saúde.

Programa:



6 a 9 de maio

Rastreios de Composição Corporal e de Aptidão Física (apoio Prof Fátima Baptista)

6 de maio

12h00 Apresentação de Pósteres

14h30 Master Kids no Ginásio B (apoio Prof Helena Santa Clara)

7 de maio Palestras no Salão Nobre

9h00 Abertura: "O Fisiologista do Exercício nas novas tendências de mercado" (Prof Dr Paulo Rocha)

9h15 Exercícios de treino de força: uma perspetiva prática sobre a integração e perfil de resistência - Paulo Figueiredo (WellXProSchool)

10h00 HIIT: Evidências atuais e relação com a prática - Carlos Tavares (WellXProSchool)

10h50 Marketing Pessoal -Aprenda a valorizar-se. -Rui Gateira (CEO Susana Gateira)

14h00-17h00 Seminário: Saídas Profissionais (parceria com AEFMH)

8 de maio

14h15-16h30 Masters Hidro (Piscina Jamor)

9 de maio

14h15-16h30 Masters coreografadas e treino intervalado (Ginásio B)