

2015-10-09 08:44:25

<http://justnews.pt/noticias/faculdade-de-motricidade-humana-lanca-livro-treino-da-forca-principios-biologicos-e-metodos-de-trein>



## **Faculdade de Motricidade Humana lança livro: «Treino da Força – Princípios Biológicos e Métodos de Treino»**

A Faculdade de Motricidade Humana, da Universidade de Lisboa, lança hoje, sexta-feira, pelas 18h, o mais recente livro, intitulado: "Treino da Força – Princípios Biológicos e Métodos de Treino", editado por Pedro Mil Homens, Pedro Pezarat Correia e Gonçalo Mendonça, docentes e investigadores desta instituição.

A cerimónia contará com a presença de José Manuel Constantino, presidente do Comité Olímpico de Portugal, que irá fazer a apresentação da obra.

Durante a sessão, que terá lugar no Salão Nobre da instituição, será igualmente apresentada a [nova pós-graduação](#) da FMH em "Strength & Conditioning: Training and Rehabilitation", pelo presidente da FMH, José Alves Diniz, e pelos coordenadores do curso, os professores Pedro Mil-Homens e Pedro Pezarat Correia.

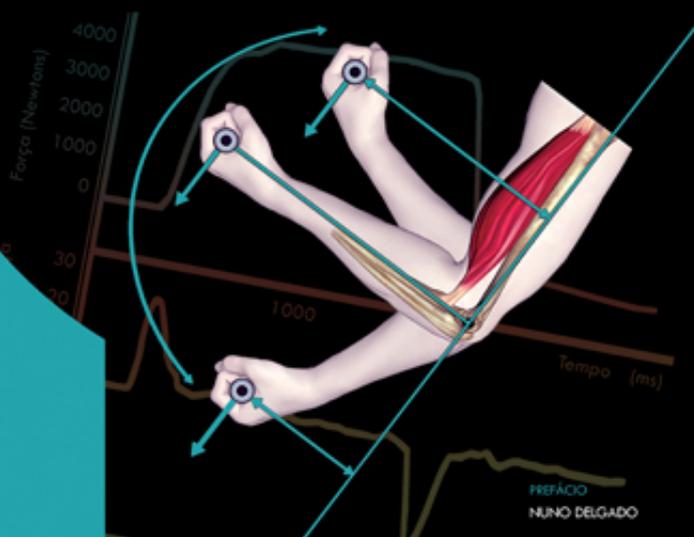
Em comunicado, é explicado que a formação é "especialmente concebida para contribuir para a formação de treinadores e profissionais do exercício, no âmbito do treino físico e suas aplicações ao desporto de rendimento e à atividade física".

# TREINO DA FORÇA

VOLUME 1

## PRINCÍPIOS BIOLÓGICOS E MÉTODOS DE TREINO

PEDRO MIL-HOMENS ■ PEDRO PEZARAT CORREIA ■ GONÇALO VILHENA DE MENDONÇA



FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA | UNIVERSIDADE DE LISBOA