

Fisiologia do Exercício

para Saúde, Aptidão e Desempenho

Sharon A. Plowman

Denise L. Smith

Segunda Edição



GUANABARA



KOOGAN

Resumo de Fisiologia do Exercício. Para Saúde, Aptidão e Desempenho

A obra pretende possibilitar que docentes e leitores mantenham seu próprio cronograma de estudo, sem que seja necessário seguir a ordem dos capítulos. O livro contém como principais características - Boxes que relacionam os conceitos com recomendações para aplicações práticas; Incluindo entre os temas contemplados estão - anatomia, mensuração e variáveis da fisiologia do exercício, princípios do treinamento, aplicações especiais; Todos os capítulos têm questões de autoavaliação.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)