

Formação Livre • Lisboa

# O TREINO DO MOVIMENTO NO SURF



## Direção

Sandro Maximiliano  
secretariado.ilutd@ulusofona.pt

## Secretariado

Inês Mendes de Almeida  
secretariado.ilutd@ulusofona.pt

## Duração

0 Anos

## Créditos

0 ects

## Apresentação

O Treino do Controle do Movimento no Surf: movimentos, carga, amplitude, "transfer" para diferentes morfologias, "transfer" para recuperação de lesões, "transfer" para a técnica.

# PLANO DE ESTUDOS

## 1º Ano / Tronco comum

---

Anual

ects

O Treino do Movimento no Surf

0

Linha direta  
para o teu futuro



963 640 100



217 515 500



info@ulusofona.pt



@u.lusofona.pt

WWW.ULUSOFONA.PT

Documento gerado em 01-05-2024