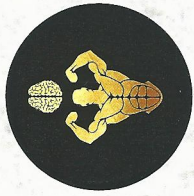


CERTIFICADO

Certificamos que Bruno Patrict S. Maier,
participou do 1º Workshop de treinamento e
nutrição realizado na AMRIGS no dia
24.03.2018 em Porto Alegre/RS
com carga horária total de 5 horas.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

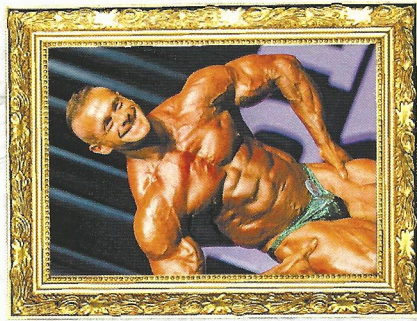
PRINCÍPIOS DO TREINAMENTO | APLICABILIDADE DO TREINAMENTO DE FORÇA
DESENVOLVENDO CAPACIDADES FÍSICAS | MÉTODOS DE TREINAMENTO
EXERCÍCIOS E SUA EFICIÊNCIA MOTORA | NUTRIÇÃO APLICADA AS FASES DO TREINAMENTO
SUPLEMENTAÇÃO ALIMENTAR | MODULAÇÃO HORMONAL.



PERFORMANCE CURSOS

1º WORKSHOP

E S P O R T I V O



Diego Leximbra



Eduardo Kramm



Everton Bottega