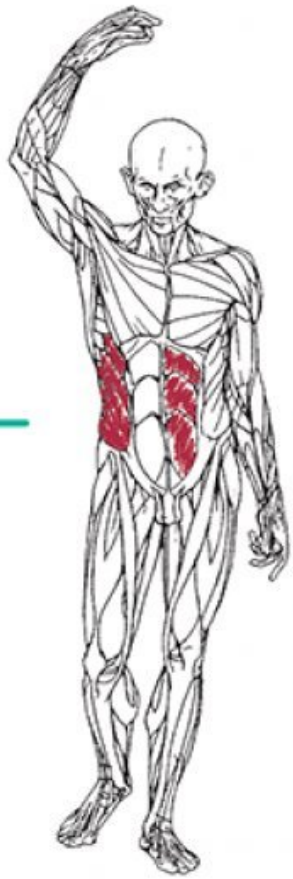
APRENDENDO ANATOMIA MUSCULAR FUNCIONAL

FRÉDÉRIC DELAVIER • MICHAEL GUNDILL



- ☑ Mais de 100 questões de múltipla escolha
- ☑ Mais de 60 ilustrações para colorir
- ☑ Mais de 100 respostas comentadas
- ☑ Mais de 100 desenhos anatômicos detalhados

Manole

Resumo de Aprendendo Anatomia Muscular Funcional

Esta obra foi ricamente ilustrada por Frédéric Delavier, mundialmente famoso por sua excepcional habilidade em traçar a anatomia humana. Cada capítulo corresponde a uma parte do corpo e se divide em seções para colorir e questões sobre o funcionamento dos músculos de cada região anatômica específica - por exemplo, abdominais, ombros, quadril.

No final de cada capítulo, encontram-se questões de múltipla escolha e suas respectivas respostas, que são acompanhadas de explicações e dicas, bem como de informações úteis para se evitar determinadas práticas que exponham o praticante a risco de lesões.

Os fundamentos da anatomia muscular funcional podem assim ser assimilados com facilidade. Seja você um profissional do esporte, da área da saúde ou um praticante de atividades físicas, em Aprendendo Anatomia Muscular Funcional você certamente encontrará uma maneira fácil e prática de conhecer e estudar os conceitos anatômicos e musculoesqueléticos essenciais.

Acesse aqui a versão completa deste livro