



SPRINT

LILIANA ADIERS LOHMANN

ATLETISMO

manual técnico para atletas iniciantes

Resumo de Atletismo. Manual Técnico Para Atletas Iniciantes

O material teórico e prático exposto na obra visa a disseminar conhecimentos básicos da modalidade adaptáveis a locais inadequados ou com poucos recursos materiais. É uma grande contribuição para o desenvolvimento do atletismo, visto que os maiores beneficiados por essa iniciativa são os atletas iniciantes.

Este Manual foi aprovado pela Federação de Atletismo do Estado do Rio de Janeiro - 2010.

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