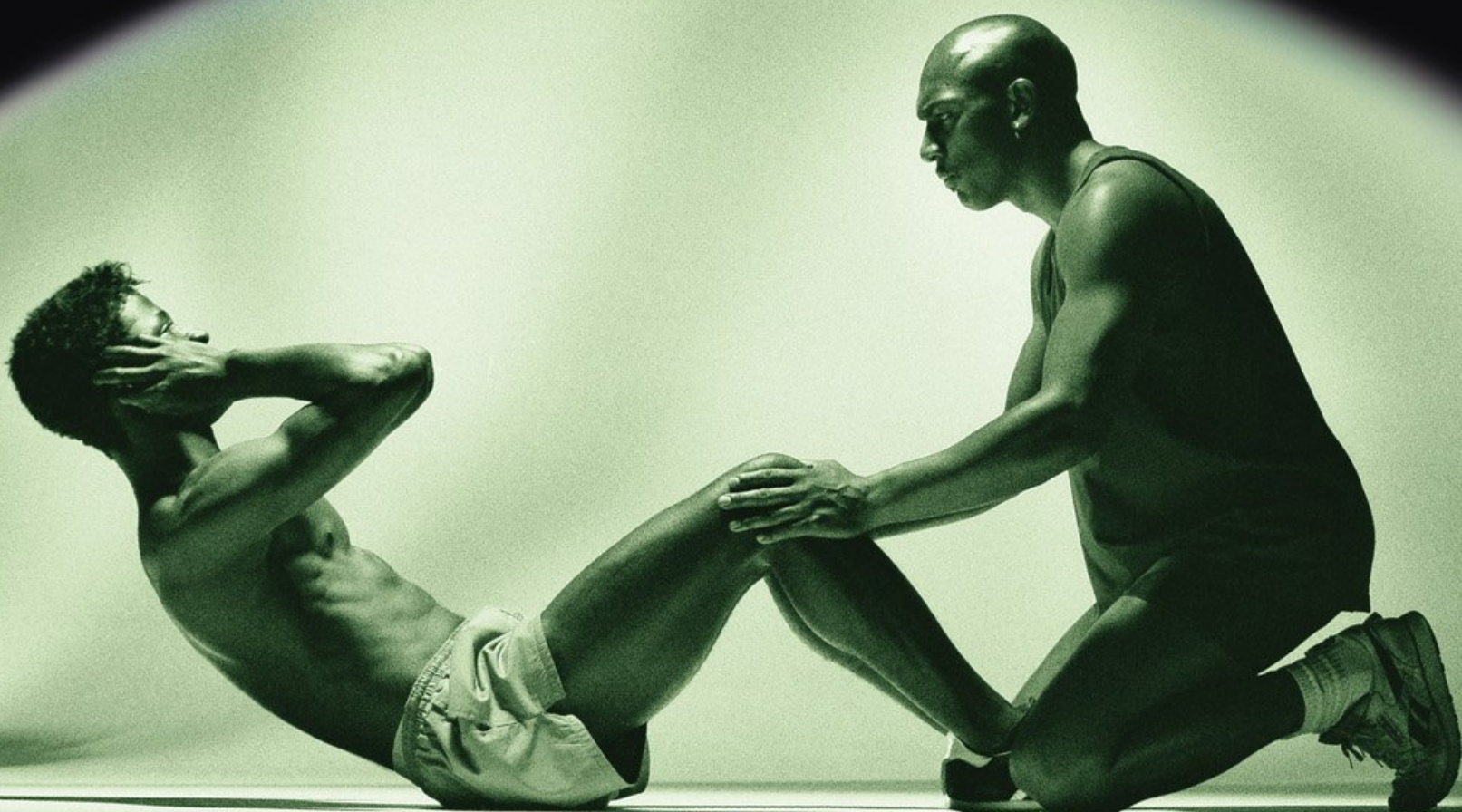


4ª Edição

# TREINAMENTO PERSONALIZADO

Uma Abordagem Didático-Metodológica

**Artur Guerrini Monteiro**



**phorte**  
editora

# Resumo de Treinamento Personalizado. Uma Abordagem Didático Metodológica

Nos últimos anos, o treinamento personalizado tem se destacado como uma das mais rentáveis ocupações para o profissional da atividade física. Como resultado, um elevado volume de profissionais migrou para essa área e outros tantos estão começando a prescrever programas da atividade física.

Nesta obra, o professor Artur Guerrini Monteiro, esclarece, orienta e indica soluções metodológicas para estas e muitas outras questões.

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