

ExPerts

EXCELÊNCIA NA PERFORMANCE E NA SAÚDE
em jovens praticantes de atletismo



OBJETIVOS

- Acompanhar, ao longo de 4 anos, as trajetórias do crescimento físico, desempenho motor e estilos de vida de jovens praticantes de atletismo com idades compreendidas entre 10 e 13 anos de idade;
- Inventariar o seu estado de saúde nos domínios físico, metabólico e psicológico;
- Compreender a relação entre as características individuais e ambientais no desempenho físico-motor e desportivo, bem como nos marcadores de saúde de jovens atletas de ambos os sexos.

Este projeto resulta de uma parceria entre as Associações de Atletismo do Porto e de Lisboa, da Federação Portuguesa de Atletismo, da Associação de Treinadores de Atletismo de Portugal, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto e da Faculdade de Educação Física e Desporto da Universidade Lusófona, em colaboração com os clubes.

CONTACTO

Investigadores responsáveis:
Sara Pereira (Porto) e Luís Massuça (Lisboa)
expertsprojeto@gmail.com

JUNTE-SE A NÓS NESTA CORRIDA

