



 /onbodyevolution  on_bodyevolution

Relatório de Atividade física

DANIEL JOSE DOS SANTOS 12 ANOS

Paciente jovem, realizou consulta com dr neme pra investigar osso xifoide elevado, aguardando exames para diagnostico. Realizar treino de força global divididos em funcional e resistido com cargas leves. Melhorar movimentos primários como agachamento

Melhora do core e flexibilidade

Wanessa Silva

Fisioterapeuta / Preparadora física

Especialista: Fisiologia do exercício e prescrição de exercícios

Crefito: 215506-F - Cref: 104545-G/SP