



# ISEL WORKOUTPAL

INSTITUTO SUPERIOR DE  
ENGENHARIA DE LISBOA

✓ *CRIA PLANOS DE TREINO  
PERSONALIZADOS*

✓ *REGISTA A TUA  
ALIMENTAÇÃO*

✓ *ACOMPANHA O TEU  
PROGRESSO*



*DISPONÍVEL EM*



AURELIU IURCU, 48285  
HENRIQUE FONTES, 48295  
MIGUEL AGOSTINHO, 48338  
OREINTADOR: PAULO PEREIRA

## FITNESS & NUTRIÇÃO



LICENCIATURA EM ENGENHARIA INFORMÁTICA E  
DE COMPUTADORES PROJETO E SEMINÁRIO  
SEMESTRE VERÃO 2023/2024