

Guia de Boas-Vindas

Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation.

Bem-vinda ao programa Victus!

Este guia vai ajudar-te nos primeiros passos da tua jornada. Segue as instruções e aproveita ao máximo cada aula.

Dicas importantes:

- Assiste a cada video com atencao
 - Toma notas durante as aulas
 - Pratica os exercicios diariamente
 - Partilha as tuas duvidas nos comentarios