



BIBLIOTECA

FUNDAMENTO DO TREINO DESPORTIVO
COLECÇÃO HORIZONTE DE CULTURA FÍSICA N.º13
MATVÉIEV, L. P.
Livros Horizonte, 1986



Cota 10

Principais temas abordados

- ⚽ Parte 1 – Introdução
 - Princípios gerais e especiais realizados no treino desportivo
- ⚽ Parte 2 – Aspectos fundamentais da preparação do atleta no processo de treino
 - A preparação física do atleta
- ⚽ Parte 3 – A estrutura do treino desportivo
 - Os fundamentos da estrutura do treino
 - Os ciclos anuais e semestrais do treino