

PROTRAINER	BRONZE	PRATA	OURO
Anamnese	X	X	X
Relação cintura e quadril	X	X	X
Perimetria	X	X	X
Avaliação da composição corporal	X	X	X
Protocolo de Guedes, 1985 (3 Dobras – 18 A 30 Anos)	X	X	X
Protocolo Slaughter (Crianças E Adolescentes – 7 A 18 Anos)		X	X
Protocolo de Faulkner (4 Dobras – 18 A 25 Anos)	X	X	X
Protocolo Jackson E Pollock (3 Dobras – Homens 18 A 61 Anos / Mulheres 18 A 55 Anos)	X	X	X
Protocolo Jackson E Pollock (7 Dobras – Homens 18 A 61 Anos / Mulheres 18 A 55 Anos)		X	X
Protocolo Petroski (4 Dobras – Homens 18 A 66 Anos / Mulheres 18 A 51 Anos)			X
Protocolo de Penroe, Nelson E Fischer (1985) (Homens E Mulheres)		X	X
Protocolo de Weltman (Homens Obesos E Mulheres Obesas)			X
Protocolo de Katch E Mcardle (3 Circunferências – Homens E Mulheres)		X	X
Protocolo de Hergenroeder (Praticantes De Balé – Mulheres 11 A 25 Anos)			X
Avaliação Cardiorrespiratória	X	X	X
Protocolos de pista	X	X	X
Protocolos de banco	X	X	X
Protocolos em cicloergômetro		X	X
Protocolos de esteira			X
Avaliação neuromotora	X	X	X
Avaliação do somatotipo corporal – em breve			X
Prescrição do treino	X	X	X
Periodização do treinamento aeróbico	X	X	X
Periodização do treinamento de força	X	X	X
Periodização para grupos especiais			X
Periodização do treinamento – HIIT			X
Avaliação nutricional			X
Fotos Comparativos	X	X	X
Relatórios	X	X	X