ANDRÉ MELO F.T
FORMAÇÃO EM TREINAMENTO E REABILITAÇÃO FUNCIONAL

TURMA SÃO PAULO - SP

21, 22 E 23 DE MAIO/27

EMENTA

Falar dos benefícios do Treinamento Funcional, hoje, é a mesma coisa que “fazer chover no molhado”. Concorda? Mas será que realmente sabemos os benefícios e utilizamos a técnica de forma correta? Ou estamos apenas acompanhando a “indústria Fitness” e não a Ciência? A maioria das pessoas, entre elas inúmeros profissionais da área, assimila o Treinamento Funcional ao “treino em bases instáveis”, a “subir em bolas”, a “quanto mais instabilidade melhor”, a “fazer exercícios em grupo na praia ou ao ar livre”, entre outras coisas.

Porém poucas entendem ou simplesmente desconhecem e/ou ignoram o conceito básico e real do Treinamento Funcional: “Treinar o corpo a fim de reestabelecer padrões de movimento defeituosos que possam gerar compensações ou disfunções", como citou o fisioterapeuta americano Gray Cook; “Técnica que usa os conhecimentos da anatomia funcional (biomecânica) para melhorar a função de seus praticantes, ensinando-os a lidar com a resistência do seu peso corporal em todos os planos de movimento e em posições que façam sentido para as suas atividades realizadas no cotidiano e/ou práticas esportivas”, como citou o preparador físico americano Michael Boyle.

Na realidade o que vemos é justamente o contrário: o Treinamento Funcional passou a ser visto como uma forma de entretenimento e não como uma forma de melhorar a função de seus praticantes. Sem contar os riscos que determinados exercícios criados e executados de forma incorreta podem proporcionar. Somado a isso, o que se vê é que muitos não têm critérios para a progressão de exercícios e a evolução dos alunos e pacientes.

- ⇢ Como identificar disfunções?
- ⇢ Por que prescrever determinado exercício?
- ⇢ Quando evoluir?

OBJETIVO

Compartilhar conhecimento de qualidade e fazer você desenvolver raciocínio clínico na prescrição de exercícios, no ambiente do treinamento e da reabilitação, para todo e qualquer cliente, por meio de uma metodologia baseada em quatro pilares fundamentais. São eles: avaliação funcional, preparação do movimento, integração do movimento e treinamento de força funcional. Dessa forma, você irá conseguir elevar ainda mais o nível dos seus atendimentos, a satisfação e resultados dos seus clientes e o respeito ao profissional de Fisioterapia e da Educação Física.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Sexta-feira

Apresentação da metodologia André Melo FT
Introdução ao Treinamento Funcional
Bases do treinamento físico e seus princípios
Funções articulares e a sua importância na rede de determinantes de lesões
Avaliação funcional e raciocínio clínico – teoria e prática

Sábado

Preparação do movimento e sua relação com a diminuição da incidência de lesões, melhora da independência funcional e maximização da performance esportiva
Liberação miofascial – teoria e prática
Como otimizar as funções articulares de mobilidade e estabilidade – teoria e prática
Raciocínio clínico na prescrição dos exercícios da preparação do movimento

Domingo

Aquecimento e sua relação com a diminuição da incidência de lesões, melhora da independência funcional e maximização da performance esportiva - teoria e prática
Força funcional - progressões e regressões - e sua relação com a diminuição da incidência de lesões, melhora da independência funcional e maximização da performance esportiva - teoria e prática
Força especial e condicionamento – teoria e prática
Raciocínio clínico na prescrição dos exercícios e organização na ficha de atendimento

MAIS INFORMAÇÕES

Data: 21, 22 e 23 de maio de 2027

Horário: Sexta e sábado das 8:30h às 18:30h. Domingo das 8:30h às 18h.

Duração: 30h

Local: Hotel Slim Congonhas (Rua Baronesa de Bela Vista, 499).

PÚBLICO ALVO

Estudantes e profissionais das áreas da Educação Física e da Fisioterapia

INVESTIMENTO E FORMAS DE PAGAMENTO

VERSÃO PRESENCIAL

VALOR PROMOCIONAL:

Valor para inscrições até 60 dias antes da data da formação

R$2.480,00 (sendo entrada de R$ 480,00 - via pix - para confirmar a sua inscrição e reservar a sua vaga, e o valor restante pago até **15 dias antes da data da formação**, via pix ou em até 6x sem juros no seu cartão de crédito).

VALOR BASE:

R$2.720,00 (sendo entrada de R$ 480,00 - via pix - para confirmar a sua inscrição e reservar a sua vaga, e o valor restante pago **até 15 dias antes da data da formação**, via pix ou em até 6x sem juros no seu cartão de crédito).

DESCONTO AMIGO

Valor para 2 ou mais amigos

R$2.240,00 (sendo entrada de R$ 480,00 - via pix - para confirmar a sua inscrição e reservar a sua vaga, e o valor restante pago **até 15 dias antes da data da formação**, via pix ou em até 6x sem juros no seu cartão de crédito).

DESCONTO ESTUDANTE

Valor para estudantes da graduação

R$1.980,00 (sendo entrada de R$ 480,00 - via pix - para confirmar a sua inscrição e reservar a sua vaga, e o valor restante pago **até 15 dias antes da data da formação**, via pix ou em até 6x sem juros no seu cartão de crédito).

COMBO PRESENCIAL + DIGITAL

Escolhendo essa opção, além dos 3 dias da nossa formação presencial, você terá acesso vitalício as versões 2.0 da nossa **Biblioteca de Exercícios** e **Workshop Digital - Avaliação e Raciocínio Clínico na Prescrição de Exercícios.**

VALOR BASE

R$2.980,00 (sendo entrada de R$ 480,00 - via pix - para confirmar a sua inscrição e reservar a sua vaga, e o valor restante pago **até 15 dias antes da data da formação**, via pix ou em até 6x sem juros no seu cartão de crédito).

⚠️ **Copie e cole** a chave pix abaixo para realizar o pagamento da sua inscrição:

Chave-pix: 24509365000104 (CNPJ)
Beneficiário: André Luís Melo de Oliveira

Clique aqui e envie o seu comprovante de pagamento

Qualquer dúvida, estamos a disposição!

Att, **Equipe André Melo Ft**