

Cerimônia de abertura - SESC-Jundiaí

Quarta-feira, 06/11/24, 09h00/10h30: Abertura, Apresentações e Palestra.
Palestra: Criando ambientes esportivos e inclusivos, com Aline Silva.

Mini-curriculo: Ex-atleta olímpica e medalhista mundial de wrestling, conhecida por sua trajetória inspiradora e seu trabalho social. Aline começou no judô e depois migrou para o wrestling. Ela competiu em duas Olimpíadas e conquistou várias medalhas em campeonatos mundiais e pan-americanos. Em 2018, Aline fundou a ONG Mempodera, que oferece aulas de wrestling, inglês e empoderamento para meninas de comunidades vulneráveis em Cubatão (SP) e São Luiz (MA)

Quinta - 07/11/24

Eventos Abertos

SALA 49	Encontro de Pesquisa - TCC	8h às 9h
SALA AZUL	Workout de Ritmos	9h às 11h30
	Band Aéreo	

Curso	14h às 17h	Convidado
C-1	Treinamento de corredores de rua	Luis Felipe Milano Teixeira
C-2	Gestão desportiva, educacional e lazer	Claudson Lincoln Beggiano

Curso	19h às 22h	Convidado
SALA 49	Encontro de Pesquisa - TCC	Congressistas
C-3	Brincadeiras e jogos na Educação Física	Robson Schiavo (Bicudo)
C-4	Workout prático: atividades aquáticas	Xênia Leão Silva

Sexta - 08/11/24

Curso	9h às 12h	Convidado
C-5	Obesidade, diabetes e exercício físico	Carlos Kiyoshi Katashima
C-6	Brincadeiras aquáticas e hidro recreativas	Robson Schiavo (Bicudo)
C-7	Cheerleading: fundamentos	Beatriz Alves Meira
C-8	Massagem recreativa e antiestresse	André Nessi
C-9	Neurociência aplicada ao esporte	Larissa Zink

Curso	14h às 17h	Convidado
S-C	Sessão Científica (on-line - via Zoom)	Congressistas
C-10	Prescrição do exercício para o emagrecimento e hipertrofia	Alexandre Evangelista
C-11	Envelhecimento saudável e exercício físico	Érico Caperuto

Curso	19h às 22h	Convidado
C-12	Benefícios do Pilates no emagrecimento e desempenho	Viviane Trevisan
C-13	Futsal: da escolinha ao alto rendimento	Marcos Silva
C-14	Teste submáximo na hipertensão arterial	Maycon Júnior Ferreira
C-15	Maratonas aquáticas, nutrição e técnicas de nado	Vanessa Tarini

Sábado - 09/11/24

Curso	9h às 12h	Convidado
C-16	Liberção miofascial	Victor Valente
C-17	Metodologia do treinamento de força	Luis Felipe Milano Teixeira
C-18	Nutrição e suplementação para hipertrofia e emagrecimento	Gustavo Pimentel
C-19	Treinamento funcional	Alexandre Evangelista
C-20	Biomecânica aplicada a musculação	Victor Fernandes



Mais informações sobre cursos, professores, conteúdos, etc acesse: congresso.esef.br