



# ED. FÍSICA

2ª SÉRIE  
Prof. Thiago

Lista:

**02**

Data: 09 / 04 / 2020

Aluno (a): \_\_\_\_\_

Nº \_\_\_\_\_

01. O que é HIIT?
02. O que é Treinamento Funcional?
03. O que é Crossfit
04. O que é Core?
05. Quais as diferenças entre eles? E quais as semelhanças?