



Dia 01/10/2026 - MÓDULOS (CEPEUSP)

Programação:

8:00 - Início – Palestra: Aspectos motores/cognitivos na prevenção de quedas no envelhecimento (Prof. Ms. Pedro Henrique Martins Monteiro - EEFEUSP)

9:00 - Aula Prática: Frisbee Adaptado (Profa. Ana Cristina Mutarelli - CEPEUSP)

9:45 - Coffee Break

10:00 – Palestra: Exercício na Prevenção/Tratamento da Sarcopenia e Fragilidade

(Prof. Esp. Guilherme Leutwiler Gabas)

11:00- Aula: Ginástica Musical (Prof. José Carlos Astrauskas)

11:30 – Encerramento



Prof. Ms. Pedro Henrique Martins Monteiro

Doutorando pela USP e pesquisador do Laboratório de Sistemas Motores Humanos (LSMH), com foco em envelhecimento, equilíbrio, controle postural e atividade cortical. Mestre pela USP e graduado em Educação Física pela UEL, possui experiência em pesquisas nas áreas de biomecânica e neurociências motoras.



Prof. Esp. Guilherme Leutwiler Gabas

Especialista em Fisiologia do Exercício (Universidade Federal de São Carlos - UFSCar). Bacharel em Esporte e Educação Física (Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo-EEFEUSP). Licenciado em Educação Física (Faculdades Integradas de Bauru/SP-FIB). Mestrando em Estudos Biodinâmicos da Escola de Educação Física e Esporte-EEFEUSP. Educador de Práticas Esportivas do Centro de Práticas Esportivas da Universidade de São Paulo (CEPEUSP).



Profa. Ana Cristina Mutarelli

Graduada em Educação Física. Especializada em Vôlei e Condicionamento físico para pessoas da Terceira Idade. Educadora de Práticas Esportivas do Centro de Práticas Esportivas da Universidade de São Paulo (CEPEUSP).



Prof. José Carlos Astrauskas

Licenciatura Plena em Educação Física pela Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo (EEFEUSP). Pós-graduado em Atletismo e Futebol pela Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo (EEFEUSP). Professor de Ginástica para Terceira Idade do Clube Atlético Paulistano (CAP) e Coordenador do Centro de Preparação Física do Esporte Clube Pinheiros (ECP).

Inscrições: www.cepe.usp.br