

Influência de um programa de exercício físico sobre a capacidade física funcional e os estados de humor numa população idosa.

Monografia de Licenciatura em Ciências do Desporto e Educação Física, realizada no Âmbito do seminário: Exercício físico no Idoso.

**Coordenador:**

Professora Doutora. Ana Teixeira

**Orientador:**

Professora Doutora. Ana Teixeira

Mestre Raul Martins

---