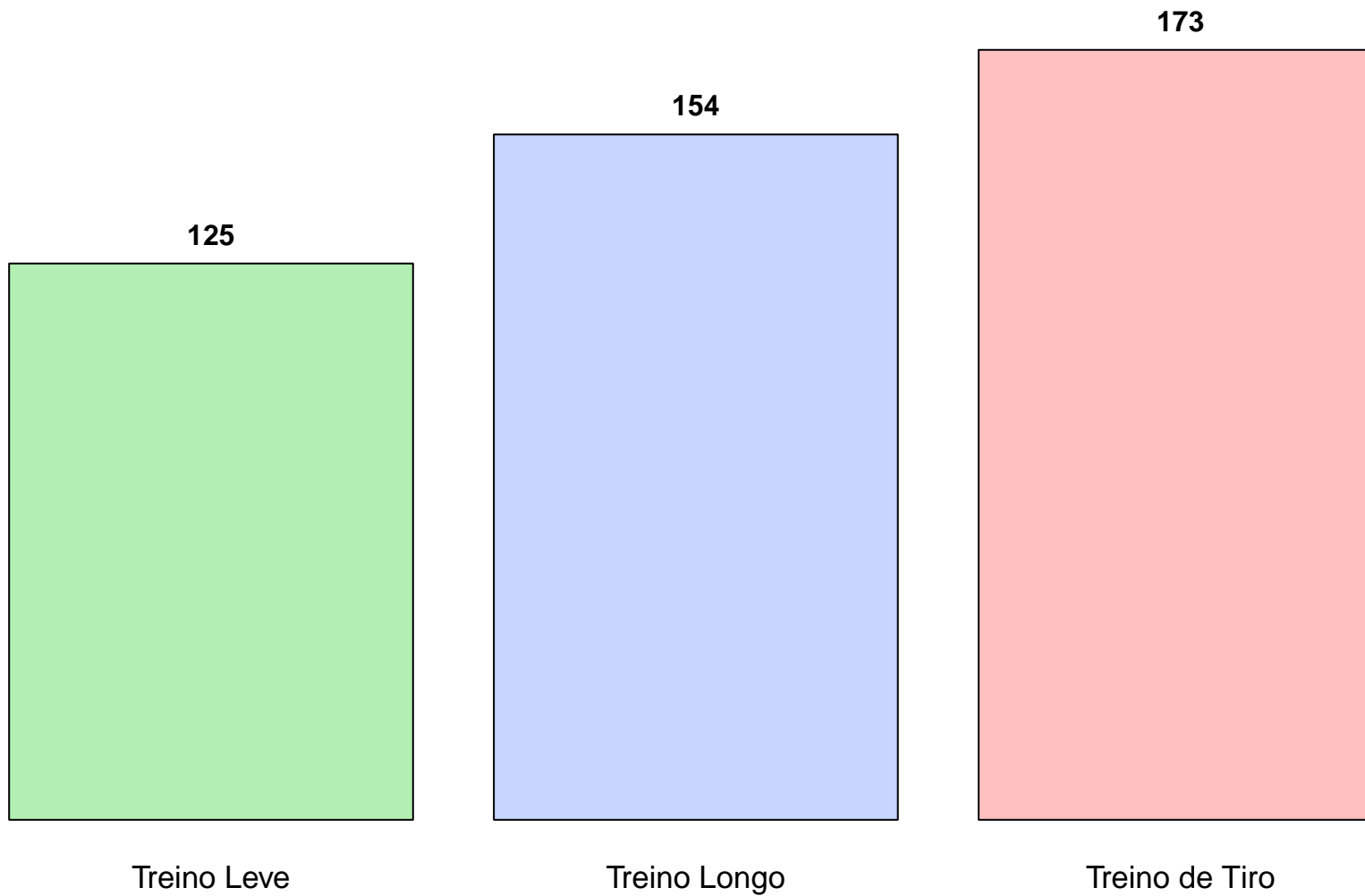


Frequência Cardíaca (FC) ideal em cada tipo de treino



Detalhe da variação da FC durante o treino de tiro

