

Miguel Moreira (2009). Surf. Da ciência à Prática. Cruz Quebrada: FMH Edições.

Este livro procura perceber os aspectos que influenciam a prática do surf, desenvolvendo um modelo de treino.

O controlo das variáveis presentes na prática do surf, numa perspectiva técnica, compreende e explica a modalidade e as suas tarefas.

A sua caracterização torna-se assim fundamental na intervenção junto do praticante numa perspectiva de ensino ou de alto rendimento.

Centrado nas Ciências do Desporto, este livro aborda a história do Surf, caracteriza ondas, pranchas, acessórios, técnicas e aspectos mecânicos e didáticos com estas relacionados, terminando com uma referência à segurança e ao desenvolvimento científico do Surf.

O livro está disponível no Serviço de Edições da FMH

(http://www.fmh.utl.pt/index.php?option=com_content&view=article&id=121&Itemid=163), e nas Lojas FNAC.