## Autor(res)

Luciana Tella Gabriel Pinheiro Da Silva

Categoria do Trabalho

1

## Instituição

**FACULDADE ANHANGUERA** 

## Resumo

Foi mais do que nítido que a evolução técnica do nado livre ao longo dos anos, se tornou notória, principalmente na prova de 100 metros. Colocando assim, o papel da biomecânica extremamente importante para a obtenção de melhores resultados.

O objetivo do trabalho, foi compreender através de estudos a importância da biomecânica em atletas de alto rendimento na prova de 100 metros livre da natação, do momento da largada, nado e chegada de prova. Capaz de construir um bom atleta por incremento da economia energética eficiência motora do nado livre.