

Hugo Meca

Fisiologista do Exercício Clínico

Doutorando em Motricidade Humana, FMH-UL

Licenciado em Ciências do Desporto, Mestre em Exercício e Saúde, Pós-graduado em Reabilitação Cardíaca, FMH-UTL

Assistente Convidado, FEFD-ULHT e ESDRM

Coordenador da Pós graduação de PT e Professor dos CETs na Manz

Personal Trainer Certificado, NSCA, MAT, FMS, Barefoot Strong e Gray Institute (CAFS e 3DMAPS)

Autor do livro "Transforme-se no seu Personal Trainer"