|  |
| --- |
|  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**comparação da preEnsão manual e da flexibilidade de mulheres acima de 50 anos praticantes de atividade fisica COM ÍNDICES DE referência para saúde**

COMPARISON OF MANUAL PREHENSION AND FLEXIBILITY OF WOMEN OVER 50 YEARS WITH PHYSICALLY ACTIVITY BENCHMARKS FOR HEALTH

Autores:

 Fernado Valentim da Silva\* Faculdade de Educação Física Estácio de Sá de Ourinhos SP.

Idico Luiz Pellegrinotti\*\*. Curso de Mestrado em Educação Física/FACIS – Universidade Metodista de Piracicaba SP.