



AEROBIKA – GORPUTZ ADIERAZPENA

1) Zer lantzen da batez ere irudi honetan?

- Indar maximoa
- Talde-koordinazioa eta sinkronizazioa
- Atsedena



2) Aerobikean gorputz-adierazpenaren bidez zer egin dezakegu?

- Emozioak adierazi
- Hitz egin gabe egon
- Soilik mugimendu mekanikoak egin

3) Osatu esaldia:

Aerobikan mugimenduak normalean _____ erritmoan egiten dira.



Zergatik da garrantzitsua talde-lana koreografia batean?

- Denek erritmo eta mugimendu bera koordinatzeko
- Bakoitzak berak nahi duena egiteko
- Kideak kontuan ez hartzeko