

Omple els espais buits amb les paraules que tens a sota.  
Les Qualitats Físiques Bàsiques

- 

✓ Recuerda que la resistencia es la ..... física que permite realizar una actividad durante el mayor tiempo posible. Así pues, decimos que tenemos una buena resistencia cuando, por ejemplo, somos capaces de ir mucho rato en bicicleta y a un ..... moderado a rápido.

CAPACIDADES	CUALIDAD	EJERCICIOS	RITMO
MUSCULATURA	DEPORTE	FÍSICA	
CAPACES	CANSAMOS	42.195	490

Aquest qualitat és: