CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS

ESCRIBE DEBAJO DE CADA ACTIVIDAD FÍSICA, LA CAPACIDAD FÍSICA MÁS IMPORTANTE:

VELOCIDAD, FUERZA, RESISTENCIA O FLEXIBILIDAD.

 HACER 2 HORAS DE SENDERISMO	 HACER UN PULSO	 EJERCICIO DE GIMASIA
 EL JUEGO DEL PAÑUELO	 CARRERA DE 20 M. PATINANDO	 ESTIRAMIENTOS
 LLEVAR A UN COMPAÑERO	 2 HORAS PASEANDO EN BICICLETA	 EL JUEGO DEL SOGA TIRA