

**TIPOS MÁS IMPORTANTES DE ACTIVIDAD FÍSICA**

**AERÓBICA**

**FUERZA**

**FLEXIBILIDAD**



**COORDINACIÓN**

**FUERZA**

**AERÓBICA**

**FLEXIBILIDAD**



**COORDINACIÓN**

**FUERZA**

**AERÓBICA**

**FLEXIBILIDAD**



**FUERZA**

**FLEXIBILIDAD**

**COORDINACIÓN**

