

----- TABLA DE EJERCICIOS -----

CALENTAMIENTO

Comenzamos con el juego del calentamiento. 10 minutos.

Para ver el vídeo tocar en el enlace:

<https://youtu.be/e9L9-vJY-Wo>

PARTE PRINCIPAL

Hoy trabajamos el equilibrio. 40 minutos.

Para ver el vídeo tocar en el enlace:

<https://youtu.be/pgjp4voqWvQ>

<https://youtu.be/lQ66r28svyU>

<https://youtu.be/vcZCQI0cayA>

<https://youtu.be/JvqE4x1toZc>

VUELTA A LA CALMA

Tenemos de juego el “balón perdido”.10 minutos.

<https://youtu.be/OClijcytOXDI>

¡A disfrutar!!!

