

SABES CÓMO SE FAI **UN QUECEMENTO???**

Estou seguro de que sí que sabes, xa que o levamos facendo tódolos días nas sesións de educación física, e cada día de clase había dous encargados de dirixilos.... Polo que che propoño o seguinte:

GRAVA UN VÍDEO NO QUE FAGAS **UN QUECEMENTO**

E MÁNDAMO AO CORREO ELECTRÓNICO

Non vamos a perder as boas costumes, como sabemos o quecemento é unha parte indispensable tanto da nosa clase como de calquera actividade física ou deporte, e para asegurarme de que nos acordamos como se realiza propoñoche que te graves en vídeo facendo un pequeno quecemento (non fai falta que sexa como o que facíamos en clase).

E si a cámara non é o teu... non te preocupes, podes enviarme ao correo electrónico un documento onde expliques que exercicios faríamos e como os faríamos.