

Proposta de exercicios para cuarto, quinto e sexto, para todos os días da semana. Primeiro facer os estiramientos, logo a actividade e outra vez os estiramientos. Se os pais/nais o facedes tamén eles estarán máis motivados.

estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos
exercicios varios 1 en inglés	zumba iniciación	aerobic	equilibrio	exercicios varios 2 en inglés	kick boxing	ioga
estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos

Pulsando control mais botón esquerdo accédese ao vídeo.