

RETOS DE LA SEMANA (25 al 29 de mayo)

10 – LA BOLA.

Nos colocamos en posición de sentados, con las piernas flexionadas y las manos agarrando los pies. Posteriormente rodamos como una pelota pero no podemos soltar las manos. (VER VÍDEO).

<https://youtu.be/KXXkQycx5JU>

11 – BAILA CON TU PARAGUAS.

Necesitamos un paraguas. Colocamos el paraguas (en vertical) encima del empeine del pie en equilibrio y tendremos que bailar durante un mínimo de 10 segundos sin que nos caiga. Si os apetece, podéis poner música.

<https://youtu.be/ZYBZ3r3ZoKA>

12 – VOLTEA EL ROLLO.

Cogemos un rollo de papel higiénico y lo colocamos en la zona baja de la espalda. El reto consiste en intentar que el rollo dé la vuelta y que no se caiga. No se pueden utilizar las manos ni otra parte del cuerpo para girarlo.

<https://youtu.be/DrALok7Ew-g>