



7 días - 7 retos

Move o corpo na casa!

1

IMITA ESTAS POSTURAS DE IOGA



2

ENCESTA PELOTIÑAS DE PAPEL NUNHA PAPELEIRA

3

FAI EQUILIBRIOS SINXELOS (LEVA ALGO NA CABEZA E OS BRAZOS ABAIXO)



4

SOPRA CUNHA PALLIÑA



5

XOGA ÓS BIRLOS (BOLOS), EMPREGANDO OS ROLOS DE PAPEL REMATADO

6

BAILA DÚAS CANCIÓNS QUE NON SEXAN REGGAETON

7

INVENTA 3 SAÚDOS MOLÓNS

