

INSTITUTO DR. ANTONIO NORES



2020

PRIMER CICLO

JUGAMOS AL DADO YOGA

EN ESTA OCASIÓN, TRABAJAREMOS LA FLEXIBILIDAD Y ELONGACIÓN, UTILIZANDO EL PROPIO CUERPO CON YOGA.

DEBERÁN TIRAR EL DADO Y SEGÚN EL NÚMERO QUE LES TOQUE, PODRÁN ELEGIR DEL TABLERO UNA FIGURA A REALIZAR CON SU CUERPO, TRATANDO DE MANTENER LA POSICIÓN POR 5 SEGUNDOS.

CADA PARTICIPANTE TENDRÁ 6 TIROS PARA JUGAR.

