



RECUERDAS HACE QUINCE DÍAS...



MIÉRCOLES DÍA SALUDABLE

¡ACTÍVATE!

Es muy importante
realizar actividad física



1. Observa y escucha atentamente el vídeo VIDA SANA.
2. Escribe las recomendaciones y el mensaje que te deja.
3. Y ahora a bailar... haz tu coreografía y aprende la canción.



<https://www.youtube.com/watch?v=KNFhrYWqU8k>

Miércoles Día Saludable
Cuídate - Cuídame



<https://www.youtube.com/watch?v=zM-GjhN3BCY>



ZUMBA

MIÉRCOLES DÍA SALUDABLE.



**MIÉRCOLES
OCTUBRE 28
NOVIEMBRE 11 Y 25**

**PROFESORA: ALEJANDRA GIRALDO VALENCIA
ACADEMIA CÓDIGO 2X4. MANIZALES**



**TRANSICIÓN Y PRIMERO 8:00 AM
SEGUNDO Y TERCERO 9:00 AM
CUARTO Y QUINTO 10:30 AM**

LA ACTIVIDAD FÍSICA EN FAMILIA, UN HÁBITO SALUDABLE