**TALLER N° 10**

**Actividad N°1**

Mide tu frecuencia cardiaca, trota y salta comparando los resultados.

**Actividad N°2**

* Botea el balón sobre la línea utilizando ambas manos.
* Lanza el balón contra la pared.
* Salta sobre vallas y obstáculos evitando no derribar ninguno de ellos.
* Salta a pies juntos sobre escalera de coordinación.
* Salta sobre aros intercalando pie derecho- pie izquierdo.

****

**Actividad N°3**

Estira tus músculos.