ACTIVIDADES DE CONCILIACIÓN DEL DISTRITO CENTRO

BLOQUE IV ACTIVIDADES DEPORTIVAS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	YOGA INFANTIL: ANIMALES DEL MAR
OBJETIVOS	RELAJAR. MEJORAR LA FORMA FÍSICA Y LA POSTURA CORPORAL APRENDER UNA SECUENCIA DE PRÁCTICA Y MOVIMIENTOS.
DURACIÓN	UNA HORA, HACIENDO LA SECUENCIA COMPLETA
MATERIAL	UN ESPACIO AMPLIO. ROPA COMODA ESTERILLA (OPCIONAL)
DESARROLLO	SIGUE EL VIDEO Y DISFRUTA DEL MOMENTO.