

## Educación Física En Casa

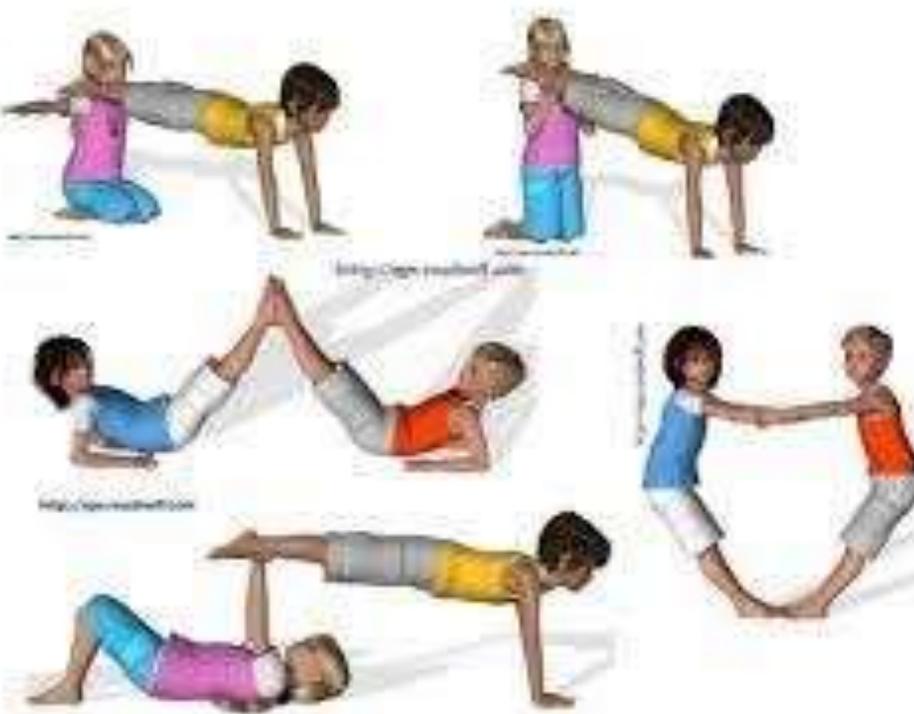
¡Buenos días! Recuerdo que estos ejercicios son para hacer en vuestro tiempo libre y **NO** tienen **OBLIGACIÓN**, simplemente es una **RECOMENDACIÓN**. Para hoy traigo para todas las familias un nuevo reto, la realización de figuras de “Acrosport En Familia”

**Debemos ir con cuidado de no hacernos daño, acordaos que cuando estemos abajo aguantando el peso la espalda debe estar recta y el peso debe recaer en los hombros-brazos y en la parte final de la espalda-piernas.**

No es necesario enviarme fotos ni vídeos, pero si alguien lo hace a través de Telegram.

¡Aquí os adjunto varias posiciones que podéis utilizar para realizar la acrosport en familia!

**Figuras de 2:**





Figuras de 3:



Figuras de 4:

