

MAR2020 EDUC. FÍSICA 3ºESO

LUN

MAR

MER

XOV

VEN

16

17

18

19

20

Traballo
Circuito Aeróbico

Traballo
Circuito Aeróbico

23

24

25

26

27

Traballo
Circuito Aeróbico

Traballo
Circuito Aeróbico

INDICACIÓNS

- Realización dun circuito de 10 estacións con exercicios de resistencia aeróbica.
- Realización práctica na casa.
- O traballo deberá ser realizado por escrito á man e presentado á volta das clases.

En Chantada, a 13 de marzo de 2020.

Juan Carlos Ureña Fernández