

MAR2020 EDUC. FÍSICA 4ºESO

LUN

MAR

MER

XOV

VEN

16

Traballo
Circuito Forza

17

Traballo
Circuito Forza

18

19

20

23

Traballo
Circuito Forza

24

Traballo
Circuito Forza

25

26

27

INDICACIÓNS

- Realización dun circuito de 10 estacións con exercicios de forza.
- 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