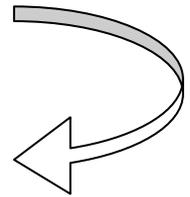


CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

PERMITEN REALIZAR CUALQUIER TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA



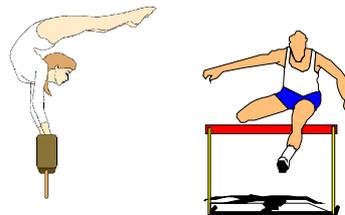
RESISTENCIA

CAPACIDAD PARA SOPORTAR UNA ACTIVIDAD PROLONGADA



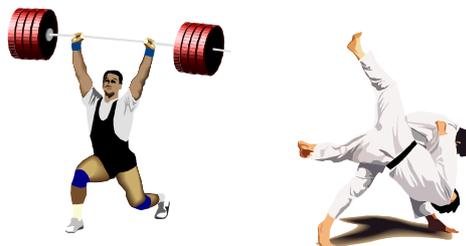
FLEXIBILIDAD

CAPACIDAD DE REALIZAR MOVIMIENTOS CON LA MÁXIMA AMPLITUD Y SOLTURA



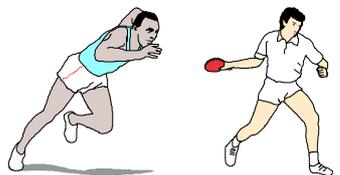
FUERZA

CAPACIDAD DE Oponerse o VENCER UNA RESISTENCIA

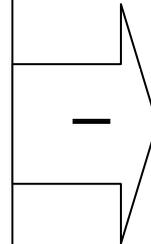


VELOCIDAD

CAPACIDAD DE REALIZAR UN MOVIMIENTO O RECORRER UNA DISTANCIA EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE



CONDICIÓN FÍSICA



DESARROLLO INTENCIONADO

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO