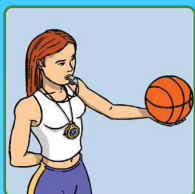


ED. FÍSICA

HACER EJERCICIOS ES SÚPER ENTRETENIDO. ADEMÁS MANTIENE A NUESTRO CUERPO SALUDABLE. ¡VIVA EL DEPORTE!



Escucha atento y sigue las reglas de la actividad.



Si estuviste enfermo, antes de hacer ejercicio, debes preocuparte de estar recuperado totalmente.



Antes de practicar cualquier ejercicio, calienta tus músculos. Así no se dañarán.



Para hacer ejercicio es importante tener zapatos y ropa adecuados, de esta forma evitas accidentarte.

La seguridad y la salud de tu familia dependen de ti.

