



A L'ESTIU, passa-t'ho bé
fent ESPORT!!



Les vacances d'estiu són a punt de començar!

És possible que durant l'estiu tinguem algunes responsabilitats o obligacions que caldrà que determinem abans de saber el temps lliure del qual podrem disposar.

Tots tenim clar que a l'estiu volem **descansar, desconnectar, passar-ho bé, estar amb els amics...** i les activitats físiques i esportives poden incloure tots aquests components, a més a més de ser una forma saludable de descobrir noves experiències i de tenir cura del nostre cos.

deures
ajudar a casa
piragües
cinema
taula
piscina
tennis
parc d'atraccions
bàsquet
excursió
bicicleta
legir
voleia a la platja
patinar
campus o campaments
Feina o altres obligacions
raquetes o pales



Viu l'estiu,
**QUEDA PER FER
ESPORT!!**