

Hola familias,

cómo estáis? Espero que muy bien de salud.

Para esta semana os propongo el reto de saltar a la cuerda.

Evidentemente, que el reto lo puede adaptar en función de sus necesidades y materiales.

Si no tenéis ninguna cuerda en casa se puede utilizar cualquier material que os sirva para poder saltar.

En el vídeo adjunto que habréis podido observar sólo hay saltos adelante, pero vosotros podéis hacer saltos atrás, dobles saltos, saltos conjuntos con vuestros hermanos/as o incluso con sus padres / madres (estaría muy bien ver alguno). También podéis hacer otras cosas que estén relacionadas con los saltos.

Podéis ir enviándome los vídeos de todo lo que habéis hecho. Bienvenido será y muy contento de poder veros menos a través de una foto o de un vídeo. Así que os animo a que lo probéis y me lo enviéis.

Lo podéis enviar a: sserra26@xtec.cat

Un abrazo muy fuerte para todos! Y muchos ánimos!

Salud y deporte !!!

Sergi