

# EDUCACIÓ FÍSICA

## REpte 6



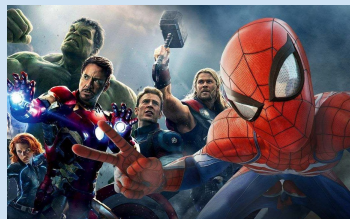
Realitzar un programa d'exercicis i fer una proposta de Challenge.

# L'AVENTURA DE L'EXERCICI

1. **Realitzar el primer programa d'exercicis.** Si has superat aquest sense gaire esforç, pots fer el segon programa.

★ Clica sobre la imatge:

AVENGERS

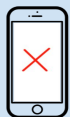


AVENGERS ALT NIVELL



2. **Presenta el teu CHALLENGE!!!**

- Pots fer el teu **propri** challenge o **un altre** que no sigui molt conegut.
- **Practica** fins que et surti la major part de les vegades.
- Fes una explicació o un vídeo per **mostrar en què consisteix**.



Per superar el **segon repte**, has de fer una foto i un document escrit o vídeo curt realitzant el challenge.

El retorn del **primer repte** és **opcional**.