

E.E.S.T. No 5- 6º 1ª

EDUCACION FISICA- TRABAJO PRACTICO No2

ALUMNO:

PROF. URRIBARRI LORENA- lore_tenis@yahoo.com.ar

- 1- ¿QUE ES CROSSFIT, DESCRIBA EJERCICIOS QUE SE REALIZAN?
- 2- ELIJA 3 ELEMENTOS QUE TENGA EN SU CASA Y DESCRIBA 5 EJERCICIOS QUE PODRIA REALIZAR CON CADA UNO DE ELLOS.
- 3- ¿QUE SON LOS EJERCICIOS ISOMETRICOS Y PARA QUE SIRVEN? DESCRIBA 5
- 4- DESCRIBA UN CIRCUITO DE FUERZA CON 5 ESTACIONES. (PARA CADA UNA MENCIONE QUE EJERCICIO PODRIA REALIZAR, YA SEA DE MIEMBROS INFERIORES O SUPERIORES)
- 5- **CORONAVIRUS: MENCIONE QUE MEDIDAS PREVENTIVAS CONOCE Y SI CONOCE LOS SINTOMAS .**