

ACTIVIDAD GRUPAL









POSTA 1:		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:	DIBUJO DE LA ACTIVIDAD:	
N° DE REPETICIONES Y SERIES:	TIEMPO EMPLEADO:	
GASTO CALÓRICO EN LA POSTA:	INTENSIDAD	LOGOTIPO

POSTA 2:		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:	DIBUJO DE LA ACTIVIDAD:	
N° DE REPETICIONES Y SERIES:	TIEMPO EMPLEADO:	
GASTO CALÓRICO EN LA POSTA:	INTENSIDAD	LOGOTIPO



POSTA 3:		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:	DIBUJO DE LA ACTIVIDAD:	
N° DE REPETICIONES Y SERIES:	TIEMPO EMPLEADO:	
GASTO CALÓRICO EN LA POSTA:	INTENSIDAD	LOGOTIPO

POSTA 4:		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:	DIBUJO DE LA ACTIVIDAD:	
N° DE REPETICIONES Y SERIES:	TIEMPO EMPLEADO:	
GASTO CALÓRICO EN LA POSTA:	INTENSIDAD	LOGOTIPO



POSTA 5:		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:	DIBUJO DE LA ACTIVIDAD:	
N° DE REPETICIONES Y SERIES:	TIEMPO EMPLEADO:	
GASTO CALÓRICO EN LA POSTA:	INTENSIDAD	LOGOTIPO

POSTA 6:		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:	DIBUJO DE LA ACTIVIDAD:	
N° DE REPETICIONES Y SERIES:	TIEMPO EMPLEADO:	
GASTO CALÓRICO EN LA POSTA:	INTENSIDAD	LOGOTIPO



POSTA 7:		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:	DIBUJO DE LA ACTIVIDAD:	
N° DE REPETICIONES Y SERIES:	TIEMPO EMPLEADO:	
GASTO CALÓRICO EN LA POSTA:	INTENSIDAD	LOGOTIPO

POSTA 8:		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:	DIBUJO DE LA ACTIVIDAD:	
N° DE REPETICIONES Y SERIES:	TIEMPO EMPLEADO:	
GASTO CALÓRICO EN LA POSTA:	INTENSIDAD	LOGOTIPO



POSTA 9:		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:	DIBUJO DE LA ACTIVIDAD:	
N° DE REPETICIONES Y SERIES:	TIEMPO EMPLEADO:	
GASTO CALÓRICO EN LA POSTA:	INTENSIDAD	LOGOTIPO

POSTA 10:		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:	DIBUJO DE LA ACTIVIDAD:	
N° DE REPETICIONES Y SERIES:	TIEMPO EMPLEADO:	
GASTO CALÓRICO EN LA POSTA:	INTENSIDAD	LOGOTIPO











Consejería de Educación y Deporte