

NIVEL 6

# RETOS COMBAS

1

Coloco bien la cuerda.

2

Doy 12 saltos hacia delante (**sin salto intermedio**).

3

Doy 8 saltos hacia delante a la pata coja: **derecha**.

4

Doy 8 saltos hacia delante a la pata coja: **izquierda**.

5

Doy 12 saltos hacia atrás (**sin salto intermedio**).

6

Doy 7 saltos hacia atrás a la pata coja: **derecha**.

7

Doy 7 saltos hacia atrás a la pata coja: **izquierda**.

8

Doy 10 saltos hacia delante incluyendo 3 cruzados.

9

Doy 5 saltos hacia atrás con 1 cruzado.

10

Por equipos: entro a la comba y doy 10 saltos.

