

¡Buenos días chic@s!

A continuación os dejo un pequeño juego llamado "La Oca deportiva" que nos ayudará a mantenernos activos. Además...¡¡¡es posible jugar en familia!!!

Para poder jugar necesitaremos:

- 1 dado.
- 1 folio para crear el tablero.
- Fichas, según número de participantes.

Recuerda, antes de empezar tendremos que realizar el calentamiento como cada día y nombrado las articulaciones de nuestro cuerpo (ANKLE, KNEE, HIP, TRUNK, WRIST, ARMS, SHOULDER, NECK and HEAD)

[LA OCA DEPORTIVA](#)