



Colegio El Cobre
Rancagua

Ticket de salida

Marca la alternativa correcta

¿Plan de entrenamiento?

- a) correr – saltar – lanzar - atrapar
- b) día- frecuencia – intensidad – duración – tipo de ejercicio
- c) día – frecuencia – correr – saltar

¿Tipos de ejercicios para el entrenamiento?

- a) trotar - saltar
- b) caminar - dormir
- c) conversar - estudiar