

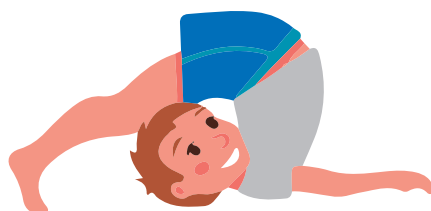


# PAUTA DE EJERCICIOS PARA NIÑOS EN CASA.

Realiza rutinas de 20 minutos con tus niños. Cada ejercicio pueden realizarse durante 10". Luego se puede repetir rutina varias veces, realizando pausas si es necesario.



Camello



Arado



Bote



Árbol



Triángulo



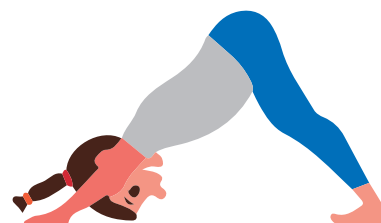
Respiración



Cobra



Guerrero



Perro abajo