

EDUCACIÓN FÍSICA

Buenos días chic@s!!!

¿Qué tal estáis? Seguro que genial ahora que ya podéis salir a caminar, andar o jugar.

¿Sabíais que en este mes se celebraba la Vuelta Ciclista a Asturias???????

Dicha vuelta consta de tres etapas que realizareis los alumn@s del cole

¿Nos ayudáis a hacerla entre tod@s????

Es muy fácil los alumn@s de tercero y cuarto relajaréis entre todos una etapa de esta Vuelta Ciclista a Asturias en este caso la primera etapa que consta de **179 kilómetros** **OVIEDO - POLA DE LENA**



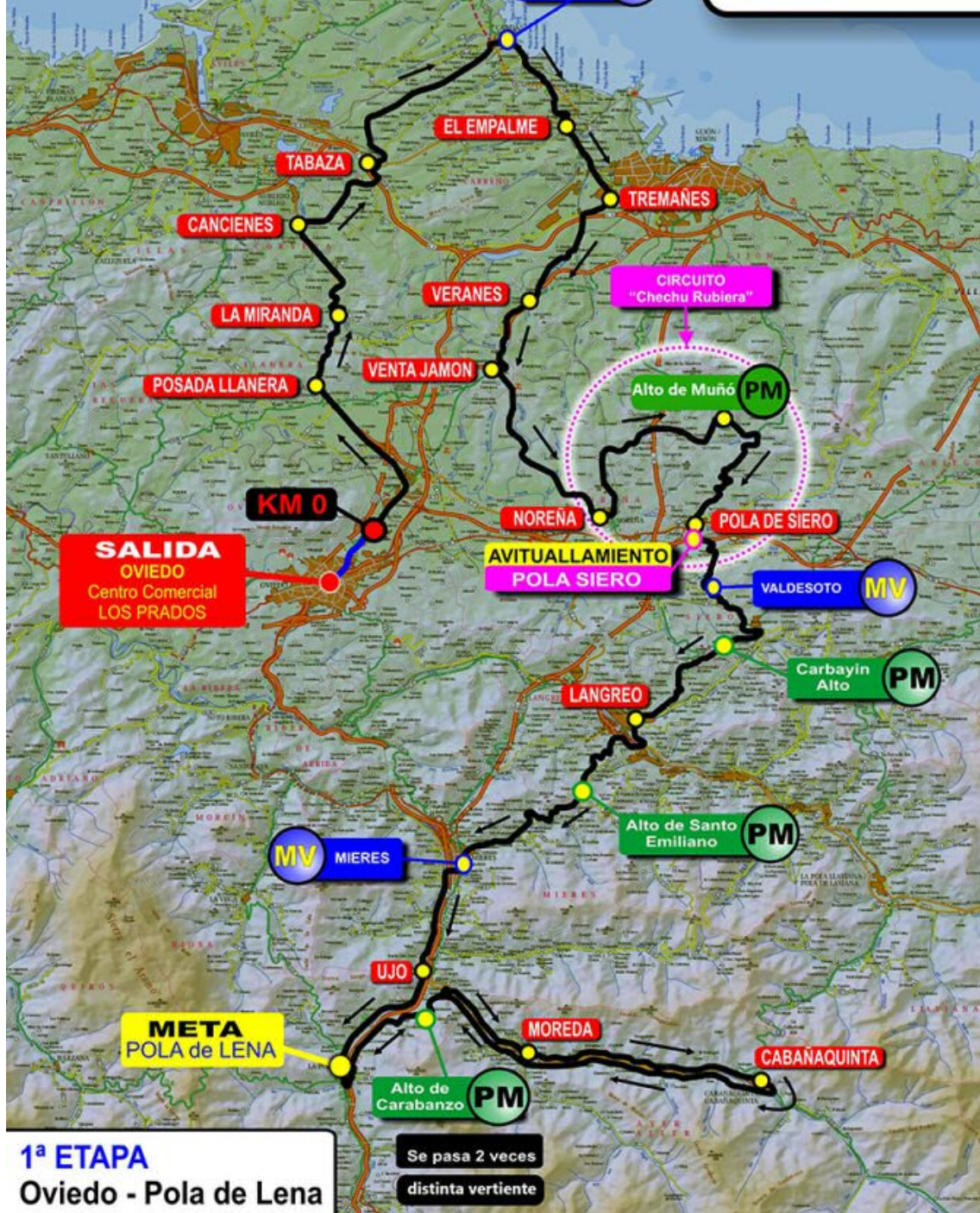
MV META VOLANTE

PM PREMIO MONTAÑA

RECORRIDO NEUTRALIZADO

RECORRIDO

DIRECCIÓN carrera



¿Cómo ??? Sencillo, dividimos los 179 km entre todos los alumnos de tercero y cuarto, que sois 50, y nos sale que cada uno debéis realizar unos 4km de esta etapa.....muy fácil, ¿eh??

¿Cómo lo podemos hacer??

Subir escaleras, correr, pedalear, saltar a la comba, caminar,....

Por cada diez minutos de actividad en compañía de un familiar os daremos 2 km , si la hacéis vosotros solos tendréis 1km

iiiiiiiiiiÁNIMOOOOO!!!!!!! Hay que conseguir ese Maillot de liderrrrr.

Para saberlo mandarnos algún video o foto de la actividad



Un ejemplo de tabla sería ésta:

[a eduardoama@educastur.org](mailto:eduardoama@educastur.org) o nelidail@educastur.org

Miembro de la familia	Actividad	Tiempo de actividad	Kilómetros
Yo			
Papa			
Mama			
Hermano/a			
Primo/a			
Km en total			