




































¡El ejercicio es DIVERTIDO! - Organiza tu movimiento en minutos:

¡Colorea la caja!	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
15 minutos de movimiento							
15 minutos de movimiento							
15 minutos de movimiento							
15 minutos de movimiento							
Minutos adicionales							

Mi actividad de movimiento favorito es:

