


CONFINACTIU AIGUAVIVA

ACTIVITAT 7. OCA DE LA CONDICIÓN FÍSICA.

Us proposem jugar al joc de l'oca adaptat a l'activitat física. Podeu jugar amb la família o els amics i amigues, online o imprimint aquest taulell. Podeu decidir vosaltres quines repeticions podeu. Per exemple, multiplicar la xifra del dau x 2

LA OCA DE LA CONDICIÓN FÍSICA



15		14		13		12		11		10		
16		27	RETROCEDE 3 →	26		25		24		9	RETROCEDE ↓ 3	
17	RETROCEDE ↗ 3	28		29			23		8			
18		19		20		21		22		7		
	1		2		3		4		5		6	