

Ficha de rexistro

Rutina de quecemento/estiramientos

Nome e apelidos:					
Materia:	Educación Física	Curso:	2º ESO	Grupo:	
Modalidade deportiva/Tipo de rutina:					
Descrición do exercicio:	Descrición do exercicio:	Descrición do exercicio:			
Duración ou n.º rep.:	Duración ou n.º rep.:	Duración ou n.º rep.:			
Descrición do exercicio:	Descrición do exercicio:	Descrición do exercicio:			
Duración ou n.º rep.:	Duración ou n.º rep.:	Duración ou n.º rep.:			
Descrición do exercicio:	Descrición do exercicio:	Descrición do exercicio:			
Duración ou n.º rep.:	Duración ou n.º rep.:	Duración ou n.º rep.:			
Descrición do exercicio:	Descrición do exercicio:	Descrición do exercicio:			
Duración ou n.º rep.:	Duración ou n.º rep.:	Duración ou n.º rep.:			
Duración total da rutina:					



“Ficha de rexistro: rutina quecemento/estiramientos”, do proxecto *cREAgal*, publícase coa [Licenza Creative Commons Atribución Non-comercial Compartir igual 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)