



Colegio España

Departamento de Educación Física

PLANILLA PARA LA ENTREGA DE LOS EJERCICIO DE PILATES

NOMBRE COMPLETO:	CURSO:
NOMBRAR LOS 3 EJERCICIOS SELECCIONADOS. 1 2 3	
NOMBRAR LOS BENEFICIOS DE CADA EJERCICIOS SELECCIONADO. 1 2 3	
NOMBRA LA POSTURA ADECUADA PARA CADA EJERCICIO SELECCIONADO. 1 2 3	
ENVIA LAS 3 FOTO CON LA EJECUCION CORRECTA DE LOS EJERCICIOS SELECCIONADOS	

FOTO 1

FOTO 2

FOTO 3