CPEM Nro 46

EDUCACION FISICA

TRABAJO PRACTICO Nro2

Tema: Entrada en calor

1. Definir que es una entrada en calor. Explicar su importancia como previo a la practica de una actividad física
2. ¿Cuáles son los objetivos de una entrada en calor?
3. Comentar la diferencia entre una entrada en calor general y una especifica
4. Cuáles son las capacidades condicionales. Explicar o definir cada una de ellas

Prof:Garcia,Dario