



**Colegio Aurora
de Chile
CORMUN RANCAGUA**

Taller de ATLETISMO

PROFESOR: GASTÓN CERDA GONZÁLEZ

SEMANA 28



- Estimado estudiante, espero te encuentres muy bien, en esta clase podrás conocer el salto triple y trabajar varios ejercicios que te ayudaran en su ejecución.

Materiales

Para esta clase necesitaras:

- Ropa cómoda
- Espacio amplio



Objetivo: practicar diferentes disciplinas atléticas conociendo las diferentes técnicas empleadas en ellas.



Bienvenidos

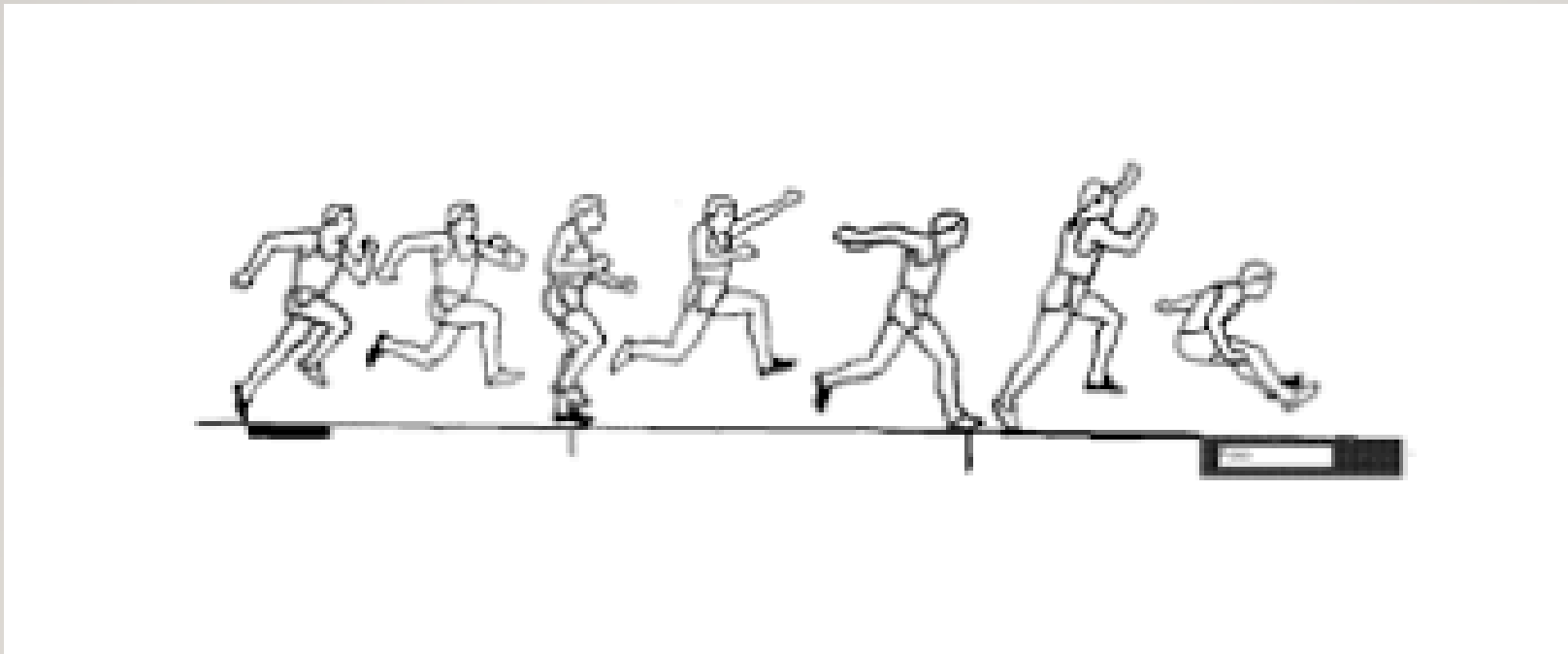


Estimado estudiante en la siguiente clase podrás ver los ejercicios a realizar.

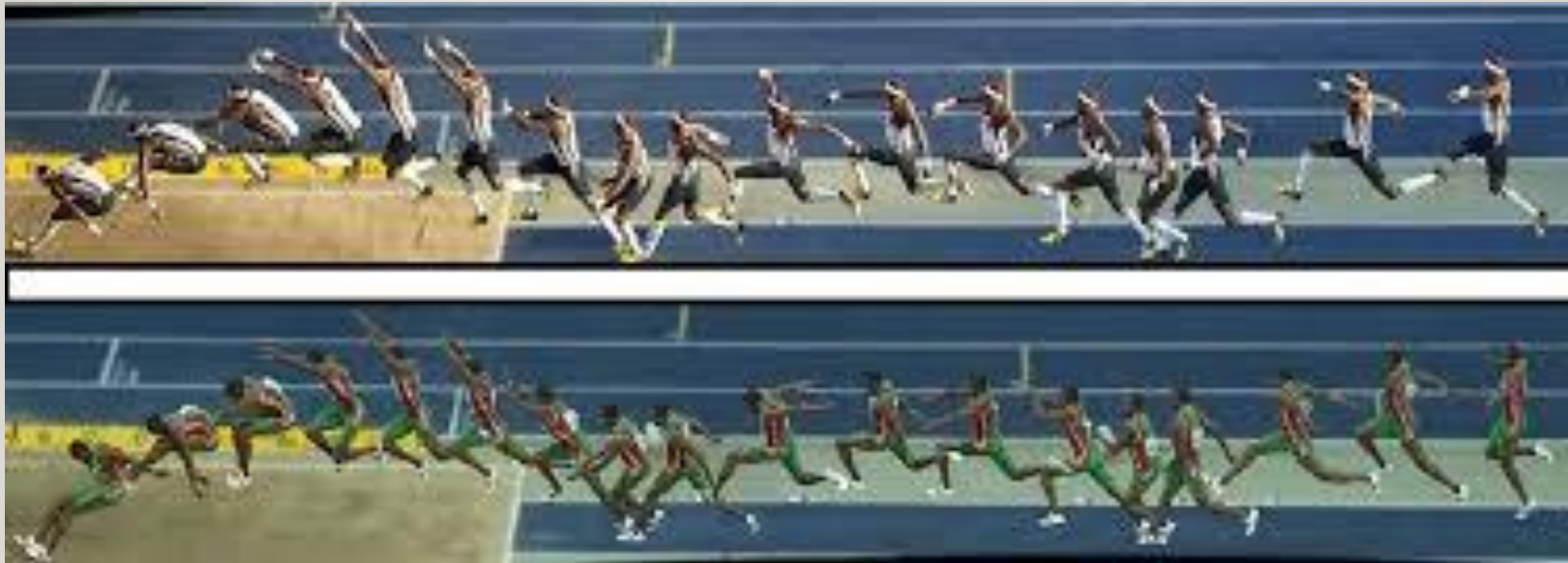
Link de la clase: https://www.youtube.com/watch?v=LwHeY_bSZE0

Actividad

Realiza cada ejercicio que aparece en el link anteriormente dado.



En esta clase pudimos trabajar a través de distintos ejercicios de iniciación al salto largo.



SI YA LLEGASTE AQUÍ FELICIDADES!!!!!!

