



Helping families eat well and be active



	Salto de tijera
	Gira en círculo
	Salta arriba y abajo
	Abdominales
	Salta con el pie izquierda
	Estirarte hasta tocar el cielo y luego tocate los pies
	Salta con el pie derecho
	Corre en tu lugar
	Sentadillas
	Salta en tu lugar

