

INDOOR MARISTAS OLIMPIC GAMES -SECUNDARIA-



Actividad	Explicación	Vídeo
TOQUES IMPOSIBLES	Haz el reto viral de dar toques con un rollo de papel higiénico.	
BURPEES	Pon a prueba tu wholebody contando cuantos burpees puedes hacer en 1 minuto	
SALTOS MORTALES	Coloca un objeto en el suelo, de unos 15 cm de altura y cuenta cuantas veces te lo saltas lateralmente.	
EQUILIBRIO HIGIÉNICO	Tumbado en el suelo, con la cabeza levantada, cuenta cuanto aguantas soportando un rollo de papel higiénico en la frente	
SACANDO 6-PACK	Túmbate boca abajo, apoyado sobre los codos y calcula cuanto tiempo duras en esta posición.	



Comparte tus proezas deportivas

➤ TWITTER: **#SEDMURCIAJUEGOS**

➤ FACEBOOK: <https://es-la.facebook.com/maristas.murcia>

➤ INSTAGRAM:

clsolidaridadmurcia@maristasmediterranea.com

SUBE TUS RESULTADOS AL [FORMS](#)

Para colaborar:

CÓDIGO BIZUM: **38326**

CUENTA SED (transferencia): **ES29 0075 0736 8506 0048 5540**