

MARTES

DEPORTE



LARA GARCÍA

Boxeo

El lado femenino del boxeo.



CÉSAR GONZÁLEZ

Boxeo

Dale a los puños sin violencia.

SUSANA APARICIO

Escalada

Aprende lo básico en escalada y ..
¿Por qué te puede interesar?
Prácticala



Surf adaptado: un deporte sin límites

ÁNGEL LUIS CURIEL

Surf adaptado



FAMILIA PÉREZ ARCHILLA

Esquí alpino

¿Sabes que hay una modalidad de esquí que en vez de bajar montañas también las sube?

CARLOS VILLAGRÁN

Balonmano

Historia de un sueño, un camino para llegar a la liga asobal.

MARTES

DEPORTE

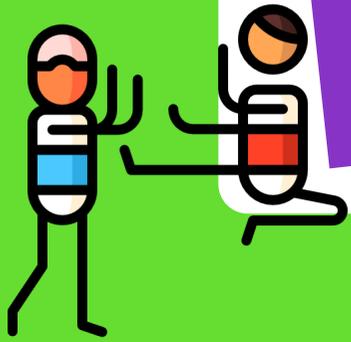


DAVID LORENTE
Piragüismo

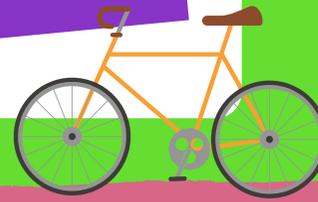
Del Eresma a las olimpiadas en piragüa.

RAÚL MAROTO
Taekwondo

Aprende Taekwondo con Raúl.



Aprende a revisar y ajustar tu bici antes de salir.



JUAN FRAN BELLETE
Cuidados de la bici

VERÓNICA HERNÁNDEZ
Rutina entrenamiento



¡¡Mueve tu cuerpo!!
Ponte en forma con Verónica.

¡Lanza el balón por todo lo alto!



SYLWIA PIETRAS
Voleibol

MARTES

DEPORTE

CLARA MARTÍN

Yoga

Disfruta de estas dos sesiones de yoga (para infantil y primaria), para divertirte, calmarte y descubrir esta actividad.



Práctica de yoga a través de los cuentos. ¿A que sabe la luna? ¡Prueba y disfruta!

AZUCENA DE LA RUBIA

Yoga

Nos lleva a dar una vuelta por la tapia de los Jardines. ¡Todos a correr!

LUIS ALONSO

Carrera de montaña



DAVID CASTÁN

Carrera de montaña

Vamos a entrenar con su equipo. ¡Anímate!