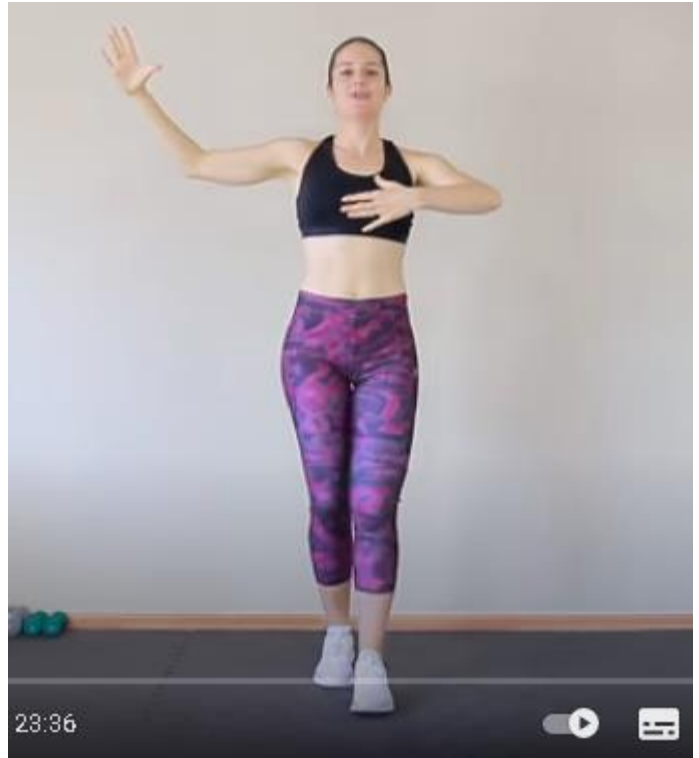


## BALL I EXERCICI

Abans de començar:

- \*Ens hidratem i alimentem suficientment.
- \*Ens vestim adequadament.
- \*Preparem l'espai per a fer exercici.



Per realitzar 20 minuts d'exercici ballant diferents tipus de música, obrim el següent enllaç:

<https://www.youtube.com/watch?v=VoEs4LzO5hQ>

En cas de notar qualsevol molèstia, aturem l'activitat i ens posem en contacte amb la persona metgessa o fisioterapeuta que ens pugui orientar.

**SOPA DE LLETRES**

**FLORS**

Trobem mots de flors que floreixen al mes de març

E	O	G	V	X	N	S	C	N	J	M	Q	W	F
D	W	F	T	H	Y	J	V	A	I	N	D	L	F
Q	M	R	U	L	Y	D	N	R	M	S	D	U	H
Y	Z	P	L	T	P	C	U	C	Q	Q	P	Q	M
V	U	S	I	X	R	R	Y	I	Z	I	R	V	G
O	X	H	P	D	I	A	M	S	G	Y	D	E	E
T	R	X	E	Y	M	Z	A	O	L	M	P	R	S
S	Z	O	S	Y	A	A	R	S	V	C	I	Ò	S
G	O	S	R	Q	V	L	Ç	Z	O	W	Z	N	A
Q	I	R	L	Y	E	E	D	X	R	X	Z	I	M
X	F	O	T	Y	R	E	C	P	B	H	P	Q	I
M	N	B	C	W	A	S	B	N	L	T	F	U	N
U	K	R	O	S	E	L	L	E	S	L	X	E	S
M	P	J	M	V	I	C	Y	Z	A	U	W	S	P

[www.educima.com](http://www.educima.com)

- |           |            |
|-----------|------------|
| AZALEES   | GESSAMINS  |
| MARÇ      | NARCISOS   |
| PRIMAVERA | ROSELLES   |
| TULIPES   | VERÒNIQUES |

Per reproduir esqueixos de gerani, Podem mirar els següents vídeo.



Obrint l'enllaç:

1a PART

<https://www.youtube.com/watch?v=mWgsSABdLzg>

2a PART

<https://www.youtube.com/watch?v=A6BHml3caVs>

Val la pena provar-ho a casa!  
Endavant!