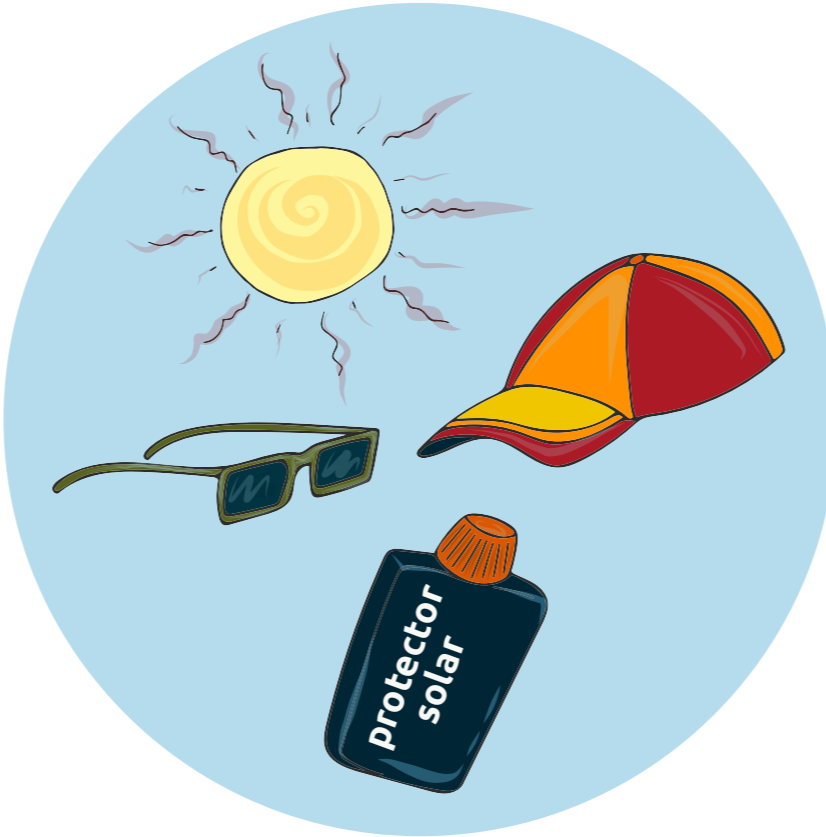
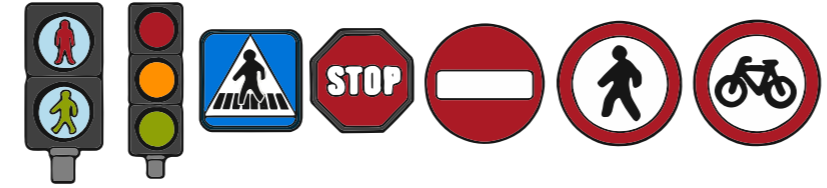


SEGURIDAD mientras hace ACTIVIDAD FÍSICA



En verano NO haga la actividad en las horas de más calor (12-18 h)

¡Atención!



Ejercicios de estiramiento antes y después de la actividad

