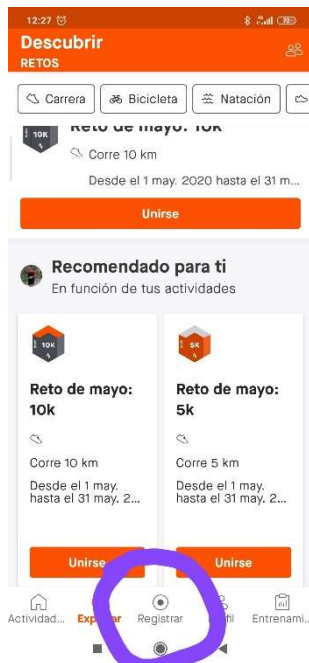


EDUCACIÓN FÍSICA. ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE

Hola a todos y todas. ¿Qué tal estáis? Me imagino que ahora que está permitido salir a jugar, pasear, correr, andar en bici etc, mucho mejor.

Hemos pensado que aprovechando el tiempo de salida podríais compartir vuestra actividad con nosotros a través de la aplicación Strava. Una aplicación que os podéis descargar en un teléfono móvil.



Seguro que algunos de vuestros papas y mamas la conocen o incluso la tienen en su móvil.

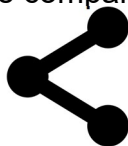
En la aplicación se pueden registrar actividades como correr, caminata, ciclismo, senderismo, patinaje en línea, etc.

Bien, pues os descargáis la aplicación y cuando vayáis a realizar la actividad que sea la abríis, y pulsáis el botón **Registrar**



Una vez pulsado registrar os lleva a otro menú donde tenéis que elegir la actividad pulsando la zapatilla que está rodeada. Allí dará la opción de correr, ciclismo, caminata, senderismo, patinaje en línea, etc. Elegís lo que vayáis a hacer. Al finalizar la actividad le dais a guardar.

La actividad aparecerá en tus actividades. Pulsando sobre ella tendréis la opción de compartirla con nosotros pulsando el botón



La mandáis a la dirección de correo

retoscplosarcos@gmail.com.

Hay más aplicaciones similares como Runtastic, Endomondo, Nike Run Club, etc. Si elegís cualquier otra no hay problema.

¡Venga! ¡A registrar actividades! Intentar compartir por lo menos un par de actividades a la semana. Veréis que manejar vuestros datos de actividad física es bastante motivante. ¡Mucho ánimo!