



Tú puedes hacerlo... :Atrévete!

Cadena de Retos Saludables Internacional



PALMARÉS:

Guillermo Molina Ríos

GUILLERMO MOLINA, GRAN CEUTI

Nacido en Ceuta, es un jugador español de waterpolo, internacional absoluto, elegido mejor jugador del Mundial en 2007; y en la Liga italiana máximo goleador y MVP, 2008.

- 2 Oros en los Juegos del Mediterráneo, 2001 y 2005.
- Campeón del Mundo, en Fukuoka 2001.
- Planta en el Campeonato del Mundo, en Roma 2009.
- Bronce en el Campeonato del Mundo, en Melbourne 2007.
- Bronce en el Campeonato de Europa, en Belgrado 2006.

¿Qué RETO nos propone?

Ver RETO: https://youtu.be/T1gY2xR6huo



Hacer 10 flexiones y después quedarse 30 segundos en posición de "plank".

HAZ DEPORTE **iDISFRUTA DE UNA VIDA SALUDABLE!**

SERÁ CAPAZ DE **HACERLAS Y AGUANTAR MAS?**

cadenaderetossaludables.blogspot.com









Vida Saludable IES Clara Campoamor Ceuta