

Ejercicio de Súper inteligencia



“Todo lo que la mente del hombre puede imaginar se puede lograr”.

Tu eres tan grande como tus sueños.

Helios Herrera

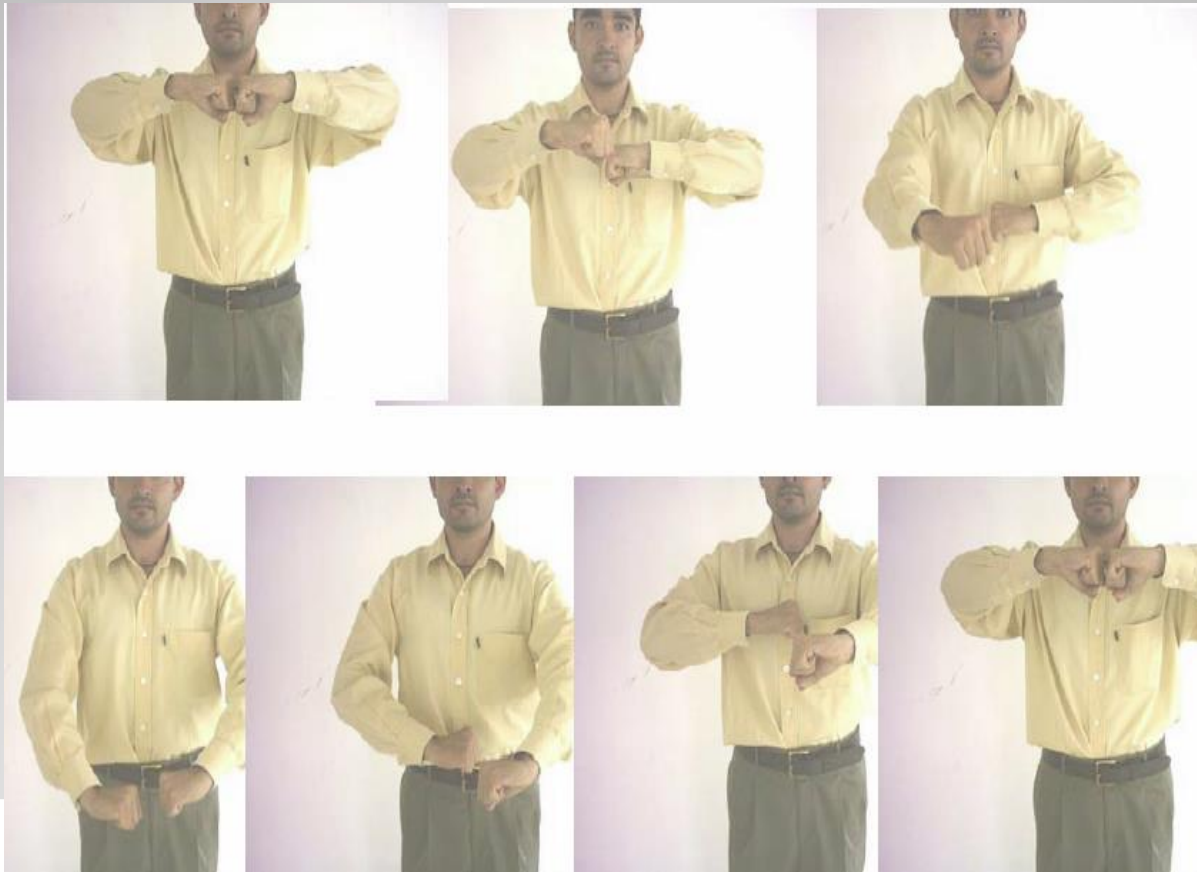
El siguiente movimiento consiste en hacer círculos con los brazos, uno hacia atrás y otro hacia delante, al mismo tiempo, pero en sentido contrario.



Coordinar dos movimientos diferentes uno para cada brazo; con una mano tocamos la cabeza y alejamos la mano, con la otra mano hacemos círculos sobre el abdomen sin despegar la palma.



Con la mano empuñada, vamos a realizar círculos, una mano hace círculo hacia delante y la otra mano atrás. Círculos completos. Y después de algunas repeticiones, podemos intentarlo en sentido contrario.



Ahora, realizamos el mismo ejercicio anterior, haciendo círculos, pero con los dedos estirados

