|  |  |
| --- | --- |
| Atividade II 4º bimestre | Educação Física |
| Professora Ana Luíza Carrijo | 9ano |
| Páginas  88, 89, 90 | ATIVIDADE 3 – CONHECENDO MAIS SOBRE A GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO |

* Fazer um resumo do Crossfit que está nas páginas 88 e 89 e um resumo do HIIT que está na página 90.