

## Apoyos y rolidos:

### *Sin materiales:*

- Saltamos elevando la cola y tocando los tobillos con la cola.
- Rolar adelante en plano inclinado.
- Rol atrás (botecito bien amplio y luego apoyo de las manos).
- Hacer conejitos en todos los aros que me encuentre tratando de llevar las piernas lo más alto posible (posición cuclillas, elevo las manos, apoyo las manos en el suelo, subo la cadera y vuelvo a la posición inicial).
- ¿Haber quién puede llevar los pies más alto? ¿Quién se anima y puede hacer pataditas en el aire?.
- Pasar por los aros como si fuesen túneles y rodar en las colchonetas hacia delante. Los aros se colocan entre las colchonetas.