



Equilibrium Challenge

Traza una línea recta en el suelo. Te proponemos varios retos de equilibrio:

Draw a straight line on the ground, with colored tape or a rope. We propose several balance challenges:

Challenge 1:

Caminar sobre la línea, dando grandes zancadas, como si fueras un gigante.

Walk on the line, taking long strides, as if you were a giant.

Challenge 2:

Caminar hacia atrás sin salirse de la línea.

Walk backwards without getting out of line.

Challenge 3:

Caminar con los ojos cerrados y los brazos en cruz.

Walk with your eyes closed and arms outstretched.

Challenge 4:

Andar a cuatro patas sobre la línea, pero situando una de las manos en la espalda.

Walk on all fours on the line, but placing one of the hands on the back.

