MATERIAL DE APOYO

AGOSTO DE 2023

FICHA_2517027



QUE ES LA FUERZA MUSCULAR

https://www.youtube.com/watch?v=IbH40hR_HHA

BENEFICIOS DE ENTRENAR LA FUERZA MUSCULAR

https://www.youtube.com/watch?v=NrQ9I8KaBGw

REPASO DE ANATOMIA HUMANA-SISTEMA ÓSEO MUSCULAR Y ARTICULAR

https://www.youtube.com/watch?v=GHLYSYRQ7RI

SESIÓN DE ESTIMULACIÓN MUSCULAR

https://www.youtube.com/watch?v=eIqHKAFAQ4w



https://www.youtube.com/watch?v=AKtmUfqBPO8

https://www.youtube.com/watch?v=2rgSSRG4l3s

https://www.youtube.com/watch?v=puuWx3Io4AI