

## EDUCAÇÃO FÍSICA

NOME: \_\_\_\_\_ 9º ANO

### ATIVIDADE

**ORIENTAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE:** o aluno deverá assistir o vídeo e responder às perguntas no caderno.

<https://youtu.be/TWaGbzeEuy8>

O que é cross fit?

Quando foi criado e quem criou?

Qual o objetivo cross fit?

O que melhora fazendo essa atividade?

Quem deve fazer essa atividade?

