



# LET'S RUN KIDS

ATLETA \_\_\_\_\_

ASSINATURA DOS PAIS \_\_\_\_\_

## Registro de atividade física

5 minutos de exercício de cardio equivale a 500 metros de corrida!

Pinte um quadrado para cada 5 minutos de atividade física.

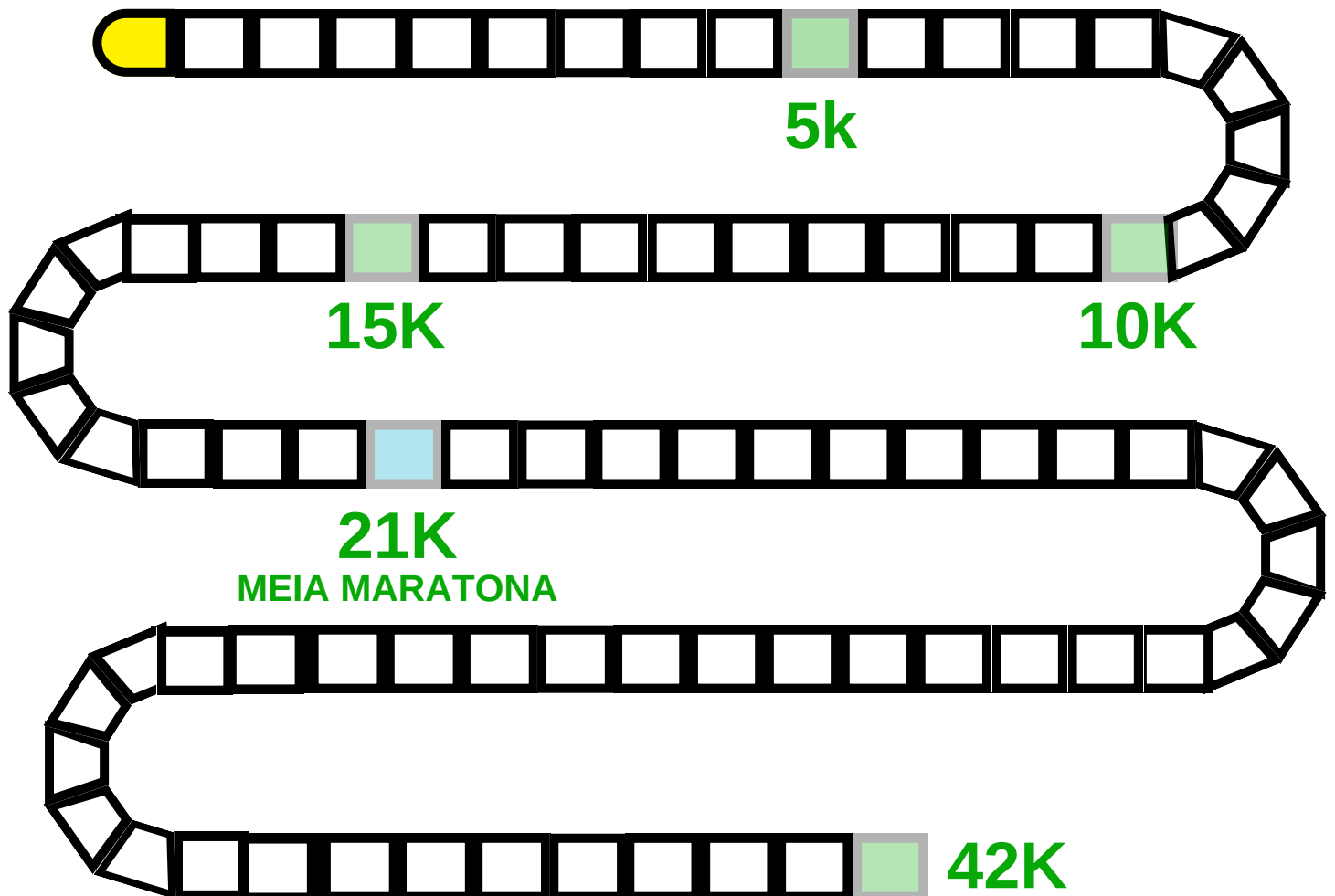
Exemplo:



### IDÉIAS DE ATIVIDADES:

- CORRER NO LUGAR
- PULAR CORDA
- ESPORTES EM GERAL
- PEDALAR
- DANÇAR

## LARGADA



SIGA, CURTA E COMPARTILHE



@LETSRUNKIDS

**PARABÉNS!**

AGORA VOCÊ É UM MARATONISTA.

CELEBRE SUA CONQUISTA E

CONTINUE FOCADO!