**Cuestionario N° 3**

**VIDEO:** <https://www.youtube.com/watch?v=ou4J9OlTQXk>

Luego de ver el video y hacer la rutina de jercicios, responde lo siguiente.

1. Investigar los músculos que se trabajan en cada ejercicio del video.
2. ¿Cómo te resultó hacer los ejercicios?
3. Explica cómo te sentiste anímicamente al realizar los ejercicios.
4. ¿Además de los ejercicios que yo te envió, agregas otros para hacer? si es así describe cuales son.

**Nota:** Recuerda lavarte las manos y enviar tus respuestas y tus consultas al correo [bessysandoval@hotmail.com](mailto:bessysandoval@hotmail.com)

**Fecha de entrega, Lunes 8 de Junio.**

¡Saludos y cuídate mucho!