

Activación Física en Familia

Realiza 30 minutos diarios de estas sencillas actividades, que fomentan hábitos de vida saludable en beneficio de todos los miembros de la familia.



Actividades al aire libre



Paseo en Bicicleta



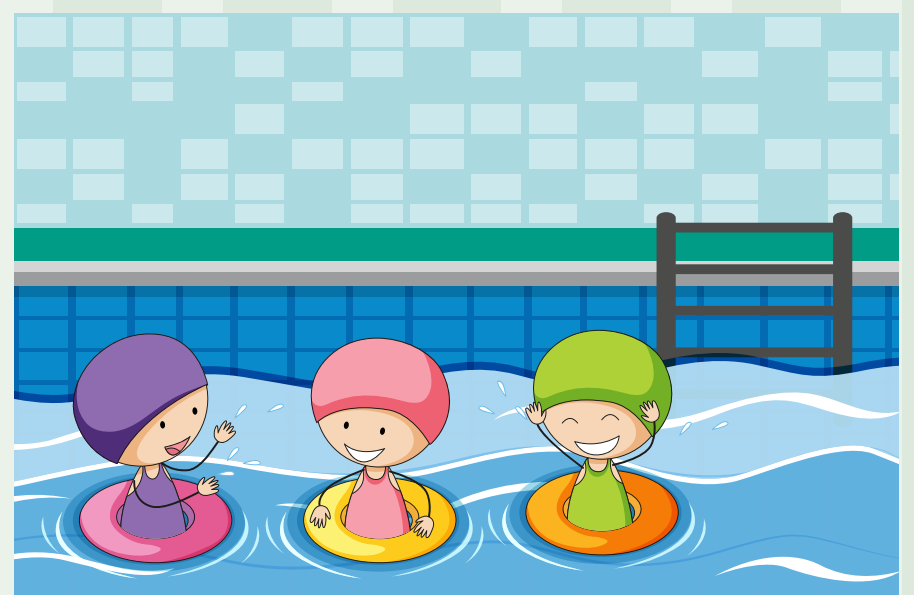
Caminata familiar



Pasear al perro



Deportes con tus hijos



Practica de Natación



Mejora tu bienestar y salud



RPC-011

#activatediario



www.mexicanosactivos.org



Mexicanos Activos



@MexActivos



MexicanosActivos