



Ejercicio de la germinación de ejotes

En sus marcas, listos,
¡a moverse!



Ejercicios de jardín de Dino

Mantenerse en forma en el jardín

INSTRUCCIONES:

- * De pie, separa los pies a una distancia de un pie (30 cm).
- * Levanta las manos hasta la parte superior del tallo del ejote.
- * Comienza la germinación estirando todo el cuerpo.

Charla sobre frutas y verduras:

Los ejotes verdes frescos y crujientes son un magnífico tentempié en cualquier momento. ¿A qué hora del día te apetece tomar un tentempié de ejotes?