

# Bingo de Actividad Física en Primavera



¡Aquí hay formas divertidas de mantenerse en movimiento este invierno!  
Vea cuántos cuadrados de BINGO puede marcar.

<b>B</b>	<b>I</b>	<b>N</b>	<b>G</b>	<b>O</b>
Tener una fiesta de baile	Ir a caminar o correr 	Construye una carrera de obstáculos al aire libre	Ir a pescar	Juega fútbol, softbol o béisbol 
Haz tu propio campo de minigolf 	Tener un picnic	Iniciar un jardín 	Hacer rayuela al aire libre con tiza para la acera	Encuentra formas en las nubes
Juega a atrapar	Disparar aros 	<b>Espacio libre</b>	Ir a un parque infantil 	Limpia tu habitación
Dibujar un laberinto de tiza en el camino de entrada	Planta un árbol 	Soplar burbujas	Disfruta de un paseo en bicicleta o scooter 	Organice una fiesta de té al aire libre
Prueba el yoga 	Ponte botas de lluvia y chapotea en los charcos de lluvia	Ir a una caminata por la naturaleza	Saltar la cuerda	Volar un cometa 



Conectate con @UNLfoodfitness

food@unl.edu

