

Vuelta de crol

3ero A

1- ¿Para qué sirve la vuelta de crol?

2- ¿Por qué es necesario tomar suficiente aire antes de realizar la vuelta de crol?

3- Para empezar a practicar la vuelta ¿qué movimientos debemos realizar con las manos?

4- ¿A que se le llama “aterriaje” en la vuelta de crol?

5- ¿Qué debemos tener en cuenta respecto del apoyo de los pies en el aterriaje y por qué?

6- ¿Por qué debemos realizar un giro del cuerpo al empujarnos con los pies luego del aterriaje?