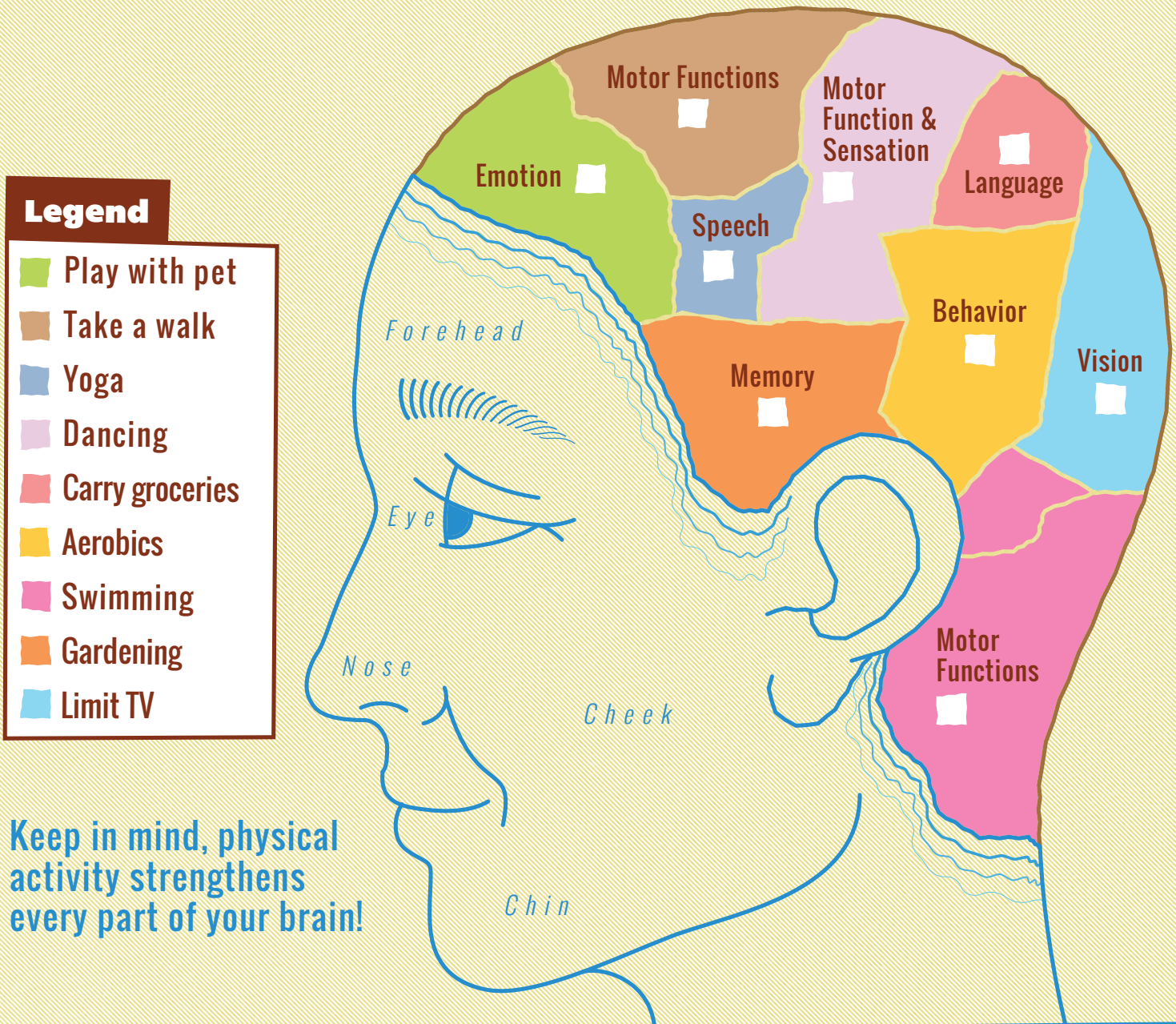


Physical Activity

Mind Map

Refer to the map legend for ways you can put a little play into your day. For each activity you complete, check off the box on the mind map below. From your head to your heart, physical activity keeps your mind and body strong.

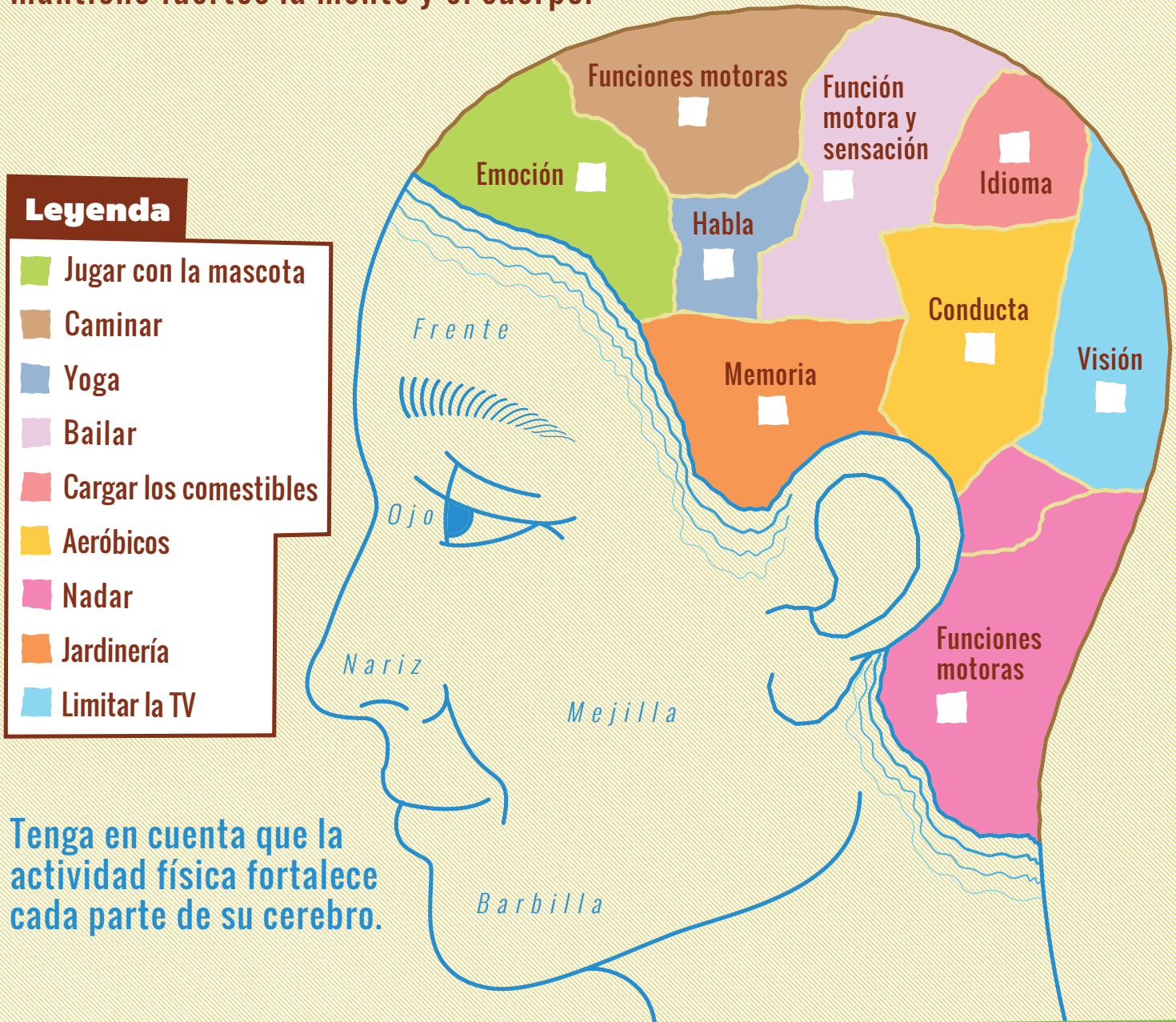


Keep in mind, physical activity strengthens every part of your brain!

Mapa Cerebral de la

Actividad Física

Lea la leyenda del mapa para ver las maneras en que puede poner un poco de juego a su día. Por cada actividad que haga, marque el casillero en el mapa cerebral abajo. Desde la cabeza a su corazón, la actividad física mantiene fuertes la mente y el cuerpo.



Tenga en cuenta que la actividad física fortalece cada parte de su cerebro.