



12

11 Plancha durante 15 segundos



10

9 ¿Qué pruebas de lanzamiento hay en el heptatlón al aire libre?
¿?

8

Estirad@ la bicicleta durante 10 segundos

13

23

3 saltos explosivos

22



21

Estirad@ 10 elevaciones de piernas

10 Jumping jacks

Sentadilla de pared de 10 segundos

14



2 Puente glúteo aguantando 10 segundos cada vez

7

¿Qué medida tiene la calle 1 de una pista de atletismo al aire libre?
¿?

20



15

24



Play Home Atletismo

¿?



6

¿Qué atleta ganó una maratón olímpica y batió el récord mundial corriendo descalzo?
¿?

16



17



18



19



5

Play Home Atletismo

10 Flexiones

1

¿? ¿Quién fue la campeona olímpica de salto de altura en los JJOO de Río 2016?
2

2

10 Sentadillas

3



4

INSTRUCCIONES DEL

by

Kinder[®]
Joy of moving



Play Home Atletismo

¿Preparados para una sesión de Joy of moving?
¡Os lo pasaréis genial!

➔ Necesitáis un dado

➔ Casillas:

#YoMeQuedoEnCasa

➔ **Casilla de ejercicios:** Disfruta del deporte que debes realizar.

➔ **Casilla Kinder Joy of moving:** Trasládate a la siguiente casilla Kinder Joy of moving. La última posible es la 19.

➔ **Casilla Generación Atletismo:** Vuelves a tirar el dado para continuar avanzando.

➔ **Casilla Zapatilla rota:** Te quedas un turno sin tirar.

➔ **Casilla Preguntas:** Si no aciertas te quedas un turno sin tirar.

➔ **Casilla Tropiezo y caída:** Vuelves a la casilla 1.

➔ Para finalizar la partida se debe llegar a la casilla **¡Let joy win!** con una tirada exacta y si no, rebotas y tendrás que contar hacia atrás.

➔ Cuando ya conozcáis las respuestas a las preguntas del tablero, podéis utilizar las preguntas reserva. La pregunta reserva la elegirá quien haya tirado justo antes. ¡Y también os animamos a inventaros vuestros propios retos deportivos!

➔ Puedes descargar en PDF el tablero, las instrucciones y las preguntas reserva con todas las respuestas en el link de la BIO de la cuenta de Instagram de **@KinderJoyOfMovingES**.

Realiza las actividades propuestas en un espacio seguro y con la supervisión de un adulto en el caso de ser menor de edad. Ferrero no se hará responsable de cualquier lesión o perjuicio ocasionado como consecuencia del juego.

El proyecto Kinder Joy Of Moving se encuentra en 34 países y con él más de 4 millones de jóvenes practican deporte. En España Kinder Joy Of Moving es patrocinador oficial de la RFEA y de los programas Generación Atletismo y Jugando al atletismo. Descubre más en www.clubkindersport.es, un club gratuito de ventajas deportivas para los jóvenes deportistas.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS



Play Home
Atletismo

1. ¿QUIÉN FUE LA CAMPEONA OLÍMPICA DE SALTO DE ALTURA EN LOS JJOO DE RÍO 2016?

RUTH BEITIA

2. ¿QUÉ PRUEBAS DE LANZAMIENTO HAY EN EL HEPTATLÓN AL AIRE LIBRE?

LANZAMIENTO DE JABALINA Y LANZAMIENTO DE PESO

3. ¿QUÉ ATLETA GANÓ UNA MARATÓN OLÍMPICA Y BATIÓ EL RÉCORD MUNDIAL CORRIENDO DESCALZO?

ABEBE BIKILA

4. ¿QUÉ MEDIDA TIENE LA CALLE 1 DE UNA PISTA DE ATLETISMO AL AIRE LIBRE?

400 M

5. ¿QUÉ NOMBRE RECIBE EL CORREDOR O CORREDORA CUYA FUNCIÓN ES MARCAR UN DETERMINADO RITMO DURANTE LA PRIMERA PARTE DE ALGUNAS CARRERAS DE MEDIA Y LARGA DISTANCIA?

LIEBRE

6. ¿QUIÉN FUE EL CAMPEÓN OLÍMPICO EN LA PRUEBA DE LOS 1500 M EN LOS JJOO DE BARCELONA 1992?

FERMÍN CACHO

7. ¿CUÁLES SON LAS DISTANCIAS VIGENTES EN LAS PRUEBAS FEMENINAS DE CARRERAS DE VALLAS EN LOS JJOO?

100 M, 400 M

8. ¿EN QUÉ PRUEBA LA ESPAÑOLA MARÍA VICENTE LOGRÓ EL CTO. MUNDIAL DE ATLETISMO SUB-18 Y EL CTO. EUROPEO DE ATLETISMO SUB-20?

HEPTATLÓN

9. ¿CÚAL ES EL NOMBRE DEL TUBO RÍGIDO QUE SE PASAN L@S CORREDOR@S EN LAS CARRERAS DE RELEVOS?

TESTIGO

10. ¿EN QUÉ CIUDAD DEL MUNDO SE CELEBRÓ POR PRIMERA VEZ LA CARRERA DE SAN SILVESTRE?

SÃO PAULO (BRASIL)

11. ¿CÚAL ES EL NOMBRE DEL ÚNICO ATLETA DE LA HISTORIA QUE HA GANADO LAS PRUEBAS DE LOS 5000 M, LOS 10.000 M Y LA MARATÓN EN LOS MISMOS JJOO?

EMIL ZÁTOPEK

12. ¿CÚAL ES EL RÉCORD MUNDIAL DE SALTO DE LONGITUD Y QUIÉN LO POSEE?

8,95 M, DE MIKE POWELL

13. ¿QUÉ OTRAS DOS PRUEBAS DE SALTOS DE ATLETISMO HAY EN UNOS JJOO ADEMÁS DE SALTO DE LONGITUD Y DE ALTURA?

SALTO DE PÉRTIGA Y TRIPLE SALTO

14. ¿EN QUÉ PRUEBA JORDI LLOPART CONSIGUIÓ LA PRIMERA MEDALLA OLÍMPICA DE LA HISTORIA PARA ESPAÑA EN LOS JJOO DE MOSCÚ 1980?

50 KM MARCHA

15. ¿QUÉ PRUEBA ATLÉTICA ESTÁ INSPIRADA EN UN EPISODIO DE LA ANTIGUA GRECIA?

MARATÓN