



i26.2 Actividades "Krazy Kool" para este Verano!

1. Te has acabado un maratón! Ahora reta a dos amigos, que corran dos veces a la semana contigo durante el verano!
 2. ¿Por qué es Texas el Estado de Lone Star? ¡Toma un paseo por el Capitolio y descúbrelo!
 3. Rema, rema, rema en kayak! Alquile una canoa o un kayak con tus padres en Town Lake.
 4. Pescar gratis en los parques estatales de Texas o en McKinney Falls. ¿Crees que puedes coger una perca de 5 libras?
 5. Ser VERDE: ¡Organizar tus amigos y vecinos para limpiar la basura en su vecindario!
 6. "Splash Party" Noches de Película en la piscina Deep Eddy, los sábados, 25 de julio – 6 de agosto
 7. A ver cuantas frutas y verduras NUEVAS que puedes probar en su supermercado local o mercado agrícola.
 8. Comprar limones en tu mercado agrícola o supermercado, y hacer un puesto de limonada.
 9. Guardar los videojuegos, salir a la calle y inhalar el aire fresco. Hacer 50 saltos.
 10. Nadar en Barton Springs, o en la piscina vecindaria. ¿Cuántas vueltas puedes hacer?
 11. Jugar a la rayuela con sus amigos. ¿No sabes cómo? ¡Pregunta a tu mamá o papá, que lo saben todo!
 12. Conocer a "Groucho," el zopilote, en el Centro de Ciencia y Naturaleza de Austin.
 13. Los padres pueden solicitar la beca de campamento de verano al Centro de la Naturaleza:
<http://www.ci.austin.tx.us/ansc/>
 14. Llevar a Papá a ver "Footloose" en el Teatro Zilker para el Día del Padre, 19 de junio. 2206 Barton Drive.
 15. Excavar en busca de fósiles en el hoyo Dino ("Dino Pit") en el Centro de Ciencia y Naturaleza.
 16. Visitar tu biblioteca más cercana. ¡Pregúntales sobre sus programas de lectura GRATIS. Saca un libro sobre correr!
 17. Contar los murciélagos que vuelan desde abajo del Puente Ann Richards (Congress). ¿A dónde van en la noche?
 18. ¿Mucho viento afuera? Vuela un papalote en el parque Zilker.
 19. ¡Manténte hidratado este verano! Es muy importante beber cuatro o más vasos de agua al día.
 20. ¡Crear una botana saludable y fingir que eres presentador/a de tu propio programa de cocina!
 21. Aprender la historia Austin en una gira gratuita del centro de la ciudad. Comienzan las giras en el capitolio estatal.
 22. Visitar el Parque de Arte en Symphony Square, el Día del Niño. En la esquina de 11th y Red River, los miércoles en junio y julio.
 23. Hacer una pista de obstáculos en tu patio. Obtén permiso de tus padres para utilizar muebles, cajas de cartón, llantas y más.
 24. Visitar el centro de recreo en tu area. Pregúntales: ¿Qué puedes hacer por gratis o a bajo costo?
 25. Ver los cohetes, el 4 de julio en Ladybird (Town) Lake. ¡Prepara un picnic saludable con dos verduras diferentes!
 26. ¡Hacer una botana sabrosita congelada con tu jugo favorito en vaso de papel con un palito de paleta!
- 0.2 Visitar Whole Foods Market. ¡Díles gracias por mantener Marathon Kids GRATIS!



**BlueCross BlueShield
of Texas**

Parents: Help Keep Marathon Kids Free! Donate today at www.MarathonKids.org.