

Już piątek Po ciężkim tygodniu pracy przed monitorami pobaw się koordynacyjnie! 😊-😊



Z pewnością przyda to się do gry w „KLASY”

Przygotuj dwa ręczniki i kilka skarpet - najlepiej taty!

Obejrzyj krótki filmik :

https://www.youtube.com/watch?v=Kkoi9UatWv8&ab_channel=ProelioSport

Wykonaj teraz sam /a/ przyrząd do dzisiejszej lekcji w-f. Jak zawsze, otwórz szeroko okno i spróbuj wykonać 39 ćwiczeń na wykonanej samodzielnie „drabince”.



Powodzenia i przyjemności podczas wysiłku fizycznego!

Witold Piotrowski