

Temat: Poznajemy ćwiczenia o charakterze zdrowotnym i rekreacyjnym

Kochani,

Dzisiaj zadbamy o naszą sylwetkę. Zapraszamy Was na trening całego ciała. Pamiętaj o rozgrzewce i ćwiczeniach rozluźniających.

https://www.youtube.com/watch?v=q2q9tQ_LYwo

Powodzenia!

Nauczyciele wychowania fizycznego