

Dzień dobry.

Drodzy Uczniowie, w poniższym linku przesyłam Wam film z ćwiczeniami, tym razem popracujemy na drabince koordynacyjnej. Do wykonania drabinki możemy użyć np. taśmy malarskiej lub ręczników zwiniętych w rolki. Zachęcam do ćwiczenia pomiędzy zajęciami online, aby zmienić pozycję, w której przebywacie dużo czasu podczas trwania zajęć.

https://youtu.be/80luXpBN_nI

Pozdrawiam Maciej Galewski