

Zajęcia sportowe 18 – 22 maja 2020r.

Dzień dobry. W kolejnym tygodniu spróbujemy wykonać:

- kilka ćwiczeń akrobatycznych:

link - https://www.youtube.com/watch?v=h_i-e5X2S7U

link - <https://www.youtube.com/watch?v=33y4KvinIKY>

- ćwiczenie równoważne

link - <https://www.youtube.com/watch?v=K-0CzPyIDy0>

- ćwiczenia zapobiegające wadom postawy

link - <https://www.youtube.com/watch?v=hrk7sMV38ec&t=905s>