

WF – klasa III Termin: 23.03 – 27.03.20 r.

PONIEDZIAŁEK, ŚRODA, CZWARTEK

Temat. Wzmacniamy mięśnie tułowia, ramion i nóg.

Proszę wykonać zestaw ćwiczeń wzmacniających mięśnie tułowia, ramion i nóg wg zamieszczonego poniżej schematu.

Podaję link do ćwiczeń:

<https://www.youtube.com/watch?v=8uUawnM-FD8> – zestaw ćwiczeń kształtujących dla dzieci