

Wychowanie Fizyczne KL.VIII lab dziewczęta data 17.04.2020r

Jakub Wielądek

Temat: Trening dla rodziny.

Moi Drodzy,

Następna propozycja na wspólnie spędzony czas aktywnie, jest trening dla rodziny.

Nie ważne czy młody czy doświadczony życiem, dzidzia czy nastolatek.

Ważne, że razem też można fajnie poćwiczyć :) Jak w filmiku :)

Życzę Wam wiele radości z treningu.

Pamiętajcie o opisach i komentarzach.

Każdy sam decyduje kiedy i co chciałby wykonać.

Jeśli macie dodatkowe aktywności, piszcie o nich śmiało :)

https://www.youtube.com/watch?v=5if4cjO5nxo&feature=emb_logo

Ze sportowym pozdrowieniem

Jakub Wielądek