

Wychowanie Fizyczne Kl.VII dziewczęta data 23.06.2020r Jakub Wielądek

Temat: Trening koordynacji nóg.

Witam.

Dziś zapraszam Was na ćwiczenia naciągające, przygotowujące ciało do zwiększonej aktywności fizycznej.

Pokaz i objaśnienie na poniższym filmie.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=LUtG2z11vprfCUmX2LSXLS7nQwY5XJm8tcv9y3DZc9cbhkUwDs>

Ze sportowym pozdrowieniem:

Jakub Wielądek