

Temat: Trening interwałowy Tabaty.

Kochani:

Dziś proponuje wam: **Trening interwałowy Tabaty.**

Oto link do zajęć:

<https://ewf.h1.pl/student/?token=PiFZIYtiwfiNII2hmEibksY9PyRpAM4ni1c32zHsOZxgIdufhA>

Po zakończonej lekcji napisz wiadomość do mnie za pomocą formularza „Wiadomość dla nauczyciela”. Wpisz swoje imię i nazwisko oraz odpowiedz na pytanie: Na czym polega trening interwałowy Tabata?

Przypominam, iż wysłanie wiadomości do nauczyciela jest obowiązkowe. Na podstawie wysłanej wiadomości zaznaczona zostanie Twoja obecność nadzisiejszej lekcji wychowania fizycznego.

Ze sportowym pozdrowieniem:

Jakub Wielądek