

15.04.2020 Klasa 8 chłopców, lekcja wychowania fizycznego, zadania do wykonania, Andrzej Karnicki

Proszę wejść w link zamieszczony poniżej i przez minimum 30 minut każdego dnia wykonywać ćwiczenia jak na podanym filmie.

<https://www.youtube.com/watch?v=otAo975nG7I>

https://www.youtube.com/watch?v=8_8M53Y5PvI

W związku z problemami technicznymi, nie przesyłajcie proszę filmów z ćwiczeń.
Liczę, że solidnie ćwiczycie i życzę wysokiej formy fizycznej.

Andrzej Karnicki