

15.04.2020 Klasa 8 dziewczęta, 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=UkgeLia0goE>

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

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

Andrzej Karnicki