

Wychowanie fizyczne – Krzysztof Gajewski – 18.05-22.05.2020r.

Klasy 4-8

Ćwiczenia, które można wykonać w domu:

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

<https://www.youtube.com/watch?v=vPchQOfveS8>

Zachęcam do spacerów...

Proszę, żeby każdy 2-3 razy w tygodniu wykonał jakiś wysiłek fizyczny z dowolną piłką(30-40min.)