**2.02.2021**

**II/IIIB PDP Katarzyna**

Kasiu poniżej link do ćwiczeń.

<https://youtu.be/6y_PO357Zbw>

Pozdrawiam Czarek Radomski

**II/IIIB PDP Natalia**

Proponuję wykonać z Natalią rozluźnianie mięśni kończyn .

Zamieszczam film instruktażowy który może być pomocny

<https://youtu.be/mLELDG6jH84>

Pozdrawiam Czarek Radomski