

V/VI usprawnianie ruchowe

Weronika

Najpierw rozgrzewka <https://www.youtube.com/watch?v=xE6BL3m3nk>

A potem nasza ulubiona Ania L.

<https://www.youtube.com/watch?v=SzhSBuLCG48&list=PL1Dx7vtRHOOb9y9NJhW2DPoE3ojVyTYhx&index=7&t=0s&app=desktop>

dasz radę.

Pozdrawiam,