

T: Ćwiczenia z nietypowymi przyborami – część 2

Ćwiczenia ogólnorozwojowe

<https://www.youtube.com/watch?v=l78D-0TKWBM>

Witam, na dzisiaj nowa porcja ćwiczeń z nietypowymi przyborami, które na pewno znajdziecie w domu:

https://damianrudnik.com/cwiczenia-w-domu-z-przyborami-domowymi-dbaj-o-zdrowie-cwicz/?fbclid=IwAR1jNipCmQX7qh3F9c9t2WioAojiZiWmV_2OPJKkxee-Zhhh-N2lzJ0sHx4