

Temat: **Rozciągamy mięśnie przykurczone i napięte - ćwiczenia aerobiku**

Skorzystaj z materiałów na stronie:

Propozycja na dziś. Na poprawienie humoru. Zaproście rodziców, rodzeństwo.

<https://www.youtube.com/watch?v=FP0wgVhUC9w>

<https://www.youtube.com/watch?v=ymigWt5TOV8>

Podziel się wrażeniami. Napisz lub prześlij fotkę na Messenger ‘a