

Wychowanie fizyczne

W tym tygodniu trzy zadania do wykonania.

1 Wykonaj zdjęcia komórką jak wykonujesz swoje ulubione ćwiczenia i prześlij je do mnie.

Ter. real. 18.05.

2 Przeprowadź trening fitness wg. załączonego filmu

<https://www.youtube.com/watch?v=pezB41W4xaA>

Ter. real. 20.05.

3 Wykonaj w domu napój izotoniczny i energetyzujący

<https://www.youtube.com/watch?v=pezB41W4xaA>

Ter. real. 22.05.

Pozdrawiam