

Wychowanie fizyczne kl. I A, B BS realizacja 22.04.2020

Temat: Ćwiczenia kształtujące MM, RR, NM i tułowia

1. Przesyłam wam ćwiczenia wzmacniające mięśnie rąk, nóg i tułowia.
Przebierz się w strój, otwórz okno, spróbuj wykonać ćwiczenia, Powodzenia.
<https://www.fabrykasily.pl/cwiczenia/domowe>