

zadanie z wychowania fizycznego, 18 marca 2020 roku

Witam,

poniżej znajduje się link do strony z zestawem kilku prostych ćwiczeń, wykonanie których z pewnością dotleni Wasz mózg i całe ciało, poprawi Waszą kondycję i ułatwi dalsze rozwiązywanie zadań, przygotowywanie poleceń i prezentacji przesłanych Wam do samodzielnej realizacji przez Naszych Nauczycieli.

Życzę udanego ćwiczenia 😊 Już wkrótce wykonamy je wspólnie na naszych zajęciach 😊

Wstańcie, pomyślcie o swoim ciele i zacznijcie ćwiczyć!

Pamiętajcie - „**W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH**”

*Serdecznie pozdrawiam,
Lila Pławińska-Kopeć*

<https://www.hellozdrowie.pl/arttykul-gimnastyka-na-kanapie-5-najlepszych-cwiczen/>