Zapraszam Was do skorzystania z propozycji ćwiczeń 

Ćwiczenie 1.

,,Gimnastyka w domu’’- propozycja ćwiczeń

link poniżej

<https://www.youtube.com/watch?v=OZ54i4ecwWA&feature=youtu.be>

Ćwiczenie 2

Ćwiczenia dla dzieci –prawidłowa postawa

Link poniżej

<https://www.youtube.com/watch?v=2BQCcIjudZ8>

Miłego dnia

K. Wieczorek ☺