

Klasa 1 BBS

28.10.2020

Temat: Trening koordynacji nóg.

Przed wami ćwiczenia przygotowujące do podjęcia aktywności fizycznej z wysoką częstotliwością, przygotowujące zarówno do gry w tenisa, jak i do innych sportów, w których potrzebne jest szybkie zajmowanie pozycji i wykonywanie drobnych, ale szybkich kroków.

Zachęcam do odtworzenia linku zamieszczonego poniżej, odpowiedzi można przesyłać za pomocą platformy E-WF, lub mojego emaila: michal.piotrowski@soswdnr.pl

<https://ewf.h1.pl/student/?token=sGoTuL89raf4NpnIS74lBnzBBVAcaZbEaGjlnbYBgGoMbXE5AY>