

Temat: Ćwiczenia wzmacniające całego ciała.

Tym razem proponuje ćwiczenia głównie skierowane do dziewcząt, chłopcy nie zrażajcie się potrenujcie z nami lub pograjcie w „nogę”

[https://youtu.be/\\_Ad7rv4-fUM](https://youtu.be/_Ad7rv4-fUM)