

Witajcie dzieci.

Do dzisiejszych zajęć potrzebny będzie ok. 1 m długości kij. Może być od szczotki, mopa albo jakiś przyniesiony z dworu, byle był prosty i bezpieczny to znaczy bez wystających gwoździ lub odrostów gałęzi. Starajcie się patrząc na prowadzącą, poprawnie wykonywać ćwiczenia. Proszę nie zrażać się i nie zniechęcać, jeśli coś Wam nie wyjdzie. Po prostu spróbujcie jeszcze raz wykonać ćwiczenie, a na pewno się uda. Życzę powodzenia.

<https://www.youtube.com/watch?v=RXtbC9s10B0>