

Cześć dzieciaki.

Dzisiejsza lekcja będzie nieco dłuższa, ale spokojnie ją wytrzymacie. Oczywiście ćwiczymy stosownie do swoich możliwości, pamiętamy o krótkich przerwach na odpoczynek.

Pamiętajcie, staramy się naśladować prowadzącego Pana Tomka, a nie jego córeczkę. Nie muszę Wam przypominać, że do ćwiczeń przystępujemy w strojach sportowych. Zaczynamy:

<https://www.youtube.com/watch?v=6WDctpWeRiQ>