

Witam dzieci.

Zaproście proszę do ćwiczeń mamę, tatę lub rodzeństwo. Jeśli nie będą mieli czasu bądź chęci, wykonajcie ćwiczenia samemu pomijając te, które wymagają drugiej osoby. To nic że przedstawione ćwiczenia wykonywane są w parach. Z większością z nich na pewno dacie sobie radę ćwicząc indywidualnie ale prawdą jest, że fajniejsza zabawa byłaby we dwie osoby.

Powodzenia. <https://www.youtube.com/watch?v=OcOlysQ7HZE>