

Zajęcia ruchowe

1. Dzisiaj zaproponuję Ci film, w którym dietetyk wyjaśni, jak powinieneś prawidłowo się odżywiać.

<https://www.youtube.com/watch?v=2iUTT1Y7kP0>

2. Teraz wybór należy do Ciebie. Zachęcam do ruchu na świeżym powietrzu.

Pozdrawiam :)