

**Klasa 3 c wf 8.05.2020.**

**Temat:Ćwiczenia ogólnorozwojowe Przygotowujące organizm do wysiłku.**

Proszę o zapoznanie się z poniższym instruktażowym filmem i wykonanie 15 wybranych ćwiczeń. Listę wykonanych ćwiczeń oraz kilka słów jak Wam się powiodło proszę przesłać na mój e-mail.

Termin 15.05

<https://www.youtube.com/watch?v=HriJ5zXHDJ4>