

Zajęcia sportowe klasa 2 B 3 B (dziewczyny)

W linku zaprezentowane są ćwiczenia skip-u A i Skip-u C wraz z koordynacją (również w formie dynamicznej). Wykonujemy wszystkie ćwiczenia x10. Przypominam o zapisywaniu na karcie ćwiczącego wykonywanych ćwiczeń.

Skip A, Skip C + koordynacja (forma podstawowa i dynamiczna)

<https://youtu.be/dg4GwUXA0FE>

W razie jakiegokolwiek pytań proszę o kontakt.

Pozdrawiam,

Zasada Karolina