

**Wychowanie fizyczne**  
**klasa 8a, 8b, 2 L8, 2 LG (dziewczyny)**

W linku zaprezentowane są ćwiczenia przygotowujące organizm do wysiłku fizycznego.

Rozgrzewka + rozciąganie

<https://ewf.h1.pl/student/?token=vwm8PRTpszjz71iTD8kX5WlhN6tbziq17VjgR8SqtIxaB2Tucv>

W razie jakiegokolwiek pytań proszę o kontakt.

Pozdrawiam,  
Zasada Karolina