

Wychowanie fizyczne

Nauka podstawowych kroków tanecznych wybranego tańca.

Wykonaj krótką rozgrzewkę 5 minutową jaką pamiętasz z lekcji. 2*15 skłony w leżeniu na plecach (brzuszki) 2*15 skłony w leżeniu na brzuchu (foczki)

Obejrzyj filmik:

https://www.youtube.com/watch?v=zQDT_WapuSw