Temat: Rytmiczna rozgrzewka w podskokach, tor przeszkód.

Zaczynamy od rozgrzewki, po której będziecie pokonywać tor przeszkód. A do toru przeszkód przygotujcie rolki papieru toaletowego!

<https://www.youtube.com/watch?v=Zg7pCZOtMXo>

Tor przeszkód:

<https://www.youtube.com/watch?v=JIjowiZ5IDg>