Dzień dobry.

1. Powtórzenie przysiadów: nie mniej niż 2 serie po 8 razy

2. Powtórzenie "żabek": nie mniej niż 3 serie po 5 skoków

3. Przewrót w przód (fikołek) od 5 - 7 przewrotów

Zachęcam do ćwiczeń ponieważ w maju uczniowie będą oceniani z tych zadań, które były do tej pory w miarę oczywiście możliwości. Będą też zadania teoretyczne. Dlatego będzie potrzebny większy kontakt. Jeszcze dam znać w jaki sposób by miało się to odbyć. Pozdrawiam.