

Drodzy Uczniowie!

Mam nadzieję, że pomimo tego wszystkiego co widzicie i słyszycie na temat obecnej sytuacji w kraju i na świecie, nie brakuje Wam zapału, energii, dobrego nastroju i optymizmu. Bardzo chciałabym, abyście dbali o swoje zdrowie w miarę możliwości podejmowali aktywność fizyczną w domu i zgłębiali swoją wiedzę w zakresie kultury fizycznej.

Na dzisiaj przygotowałam dla Was aktywność fizyczną w postaci aerobiku. Zapraszam wszystkich do wspólnych ćwiczeń :)

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