**WYCHOWANIE FIZYCZNE – chłopcy 15.04 – 17.04.2020r.**

Krzysztof Lewiński

UWAGA – każdy przed przystąpieniem do ćwiczeń przeprowadza 5 minutową indywidualną rozgrzewkę w miejscu

( ćwicz według swoich sił i możliwości)

|  |
| --- |
| Klasa VI ab |
| 1 | 15.04.2020r. | Na *YouTube* – WF w domu – 16 wyzwań siatkarskich 13:48 min. |
| 2 | 17.04.2020r. | Na *YouTube* – WF online w domu – ćwiczenia na 5 dni tygodnia 6:03 min. zestaw x 2 lub 3 |