**WYCHOWANIE FIZYCZNE – chłopcy 27.04 – 29.04.2020r.**

Krzysztof Lewiński

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

( ćwicz według swoich sił i możliwości)

|  |
| --- |
| Klasa Vab |
| 1 | 28.04.2020r. | Na *YouTube* – WF w domu. Prosta rozgrzewka 18,38 min. |
| 2 | 29.04.2020r. | Na *YouTube* – lekcja WF w domu nr. 2 – Trener Adi 23,47 min. |