**Klasa I c PDP**

Moi Drogie Amelko, Olu, Gabrysiu, Julciu😊

Dzisiaj zaproponuję Wam parę ćwiczeń na rozciąganie, mam nadzieję , że się Wam spodobają. Potrzebny będzie ręcznik i ewentualnie mata do ćwiczeń.

<https://www.youtube.com/watch?v=7tTH9_oorsE>

https://www.youtube.com/watch?v=vAI0ZXCjBpc

W razie pytań można do mnie pisać na email joanna.byr-domagala6@wp.pl

Pozdrawiam Was serdecznie p.Asia