

## **I usprawnianie ruchowe**

**Zuzia**

Dzień dobry,

Dla Zuzi przesyłam poniżej linki do ćwiczeń. Najpierw rozgrzewka

<https://www.youtube.com/watch?v=Zg7pCZOtMXo>

a potem zabawa

[https://www.youtube.com/watch?v=m2WsGrvCx\\_w](https://www.youtube.com/watch?v=m2WsGrvCx_w)

Pozdrawiam