

Testnevelés-3. évfolyam

2020.03.27.

Jó idő esetén tornázz a szabadban!

Gyakorlatok:

-futás helyben 2 percig

-törpejárás

-óriásjárás

-indiánszökdelés

-20 guggolás

-10 fekvőtámasz

-10 felülés

-labdapattogatás helyben és haladással