

Wychowanie fizyczne

Klasa I a

Data: 18.06.2020 r.

TEMAT:Spacer jako forma relaksu.

Proszę o zapoznanie się z informacjami , które dotyczą korzyści jakie daje spacer a następnie wykorzystać te wiadomości i zrelaksować się w ten sposób. Informacje teoretyczne znajdziecie pod linkiem

<https://polki.pl/dieta-i-fitness/cwiczenia,5-zdrowotnych-zalet-spaceru,10081742,artykul.html>

Pozdrawiam

Stanisław Strelczuk