

Prosty trening z piłką dla młodszych i starszych prowadzony przez Pana Andrzeja Klimowicza z Hello-Sport, na końcu dobry pomysł na tor przeszkód. Można tu wykorzystać oprócz papierowych kubeczków, butelki po wodzie, słoiki, albo można wykorzystać swoje pluszaki, dzięki temu podczas ćwiczeń będzie dużo radośniej 😊

<https://youtu.be/CEyba0BvBUE> (film pochodzi z kanału ankadziecic.pl WF DLA DZIECI)

Dla Wróbelków, Sikorek i Sówek prosta yoga (piosenka i ćwiczenia pochodzą Kids Yoga, Music & Mindfulness)

<https://youtu.be/oYIOTPJOuGk>