**Witajcie uczennice i uczniowie !**

Ciągle jeszcze nie wróciliśmy do szkoły w sytuacji pandemii koronawirusa w naszym kraju. Będziecie musieli dalej popracować nad swoją postawa w domu samodzielnie. W tym tygodniu proponuję film gimnastyki korekcyjnej, który umożliwi Wam ćwiczenie odcinka piersiowego i lędźwiowego kręgosłupa oraz wzmocni barki. Filmy znajdziecie pod tymi linkami.

Skopiujcie te linki: <https://www.youtube.com/watch?v=eZAhEDYSYOo>

<https://www.youtube.com/watch?v=WmNArWRw75Y> i wklejcie w wyszukiwarce. Poćwiczcie razem z prowadzącymi zajęcia podczas filmu. Do następnego napisania i życzę wszystkim zdrowia.

P. S. Jak pojawią się jakieś pytania lub niejasności proszę o kontakt. Będę dostępny na dyżurze telefonicznym w każdy poniedziałek, środę i czwartek

od 12:00 – 15:00, tel. 602837785. Pozdrawiam – Dariusz C.