

1. Lekcje tańca dla dzieci <https://www.youtube.com/watch?v=niF6s8tbZE>
2. Zumba dla dzieci <https://www.youtube.com/watch?v=TI-Thsr9VFA>
3. Ćwiczenia Animal Moves :

Dżdżownica <https://youtu.be/5VKGLgiteVE>

Misiek przodem <https://youtu.be/HxVen6HncJg>

Misiek tyłem https://youtu.be/U_PPrj66bFM

Misiek bokiem <https://youtu.be/DOhUClkVMKI>

Speiderman <https://youtu.be/pMFeWl3HnxI>

Tarzan <https://youtu.be/gUxItkJU7F4>

Goryl bokiem <https://youtu.be/3XLslM794oA>

Orangutan <https://youtu.be/4xIvcS2uDn8>

Jaszczurka https://youtu.be/gL_DcVWL6Cs

Jaszczurka + rotacja <https://youtu.be/APmUqIMCFFI>

4. Ćwiczenia z siatkarzami Skry Bełchatów
<https://www.facebook.com/LodzkaSSE/videos/2571801153138013/>