Witam

Przesyłam Wam drodzy uczniowie ćwiczenia na zdrowy kręgosłup.

Przydadzą się w sytuacji gdzie dużo czasu spędzacie przy komputerze.

Pozdrawiam

Beata Cieślak

<https://www.youtube.com/watch?v=SMkccyjsPDQ> zdrowy kręgosłup