**WF 20-24.04**

**W tym tygodniu poświęcimy więcej uwagi na piłkę koszykową a dokładniej rzuty jakie w tej dyscyplinie sportu występują!!**

**20.04** P.K- zatrzymanie na jedno lub dwa tempa

<https://www.youtube.com/watch?v=jSUU74U6yQk>

**22.04.** P.K- technika rzutu

<https://www.youtube.com/watch?v=DJWS4b4AItQ>

**23.04** P.K**-** rzut po dwutakcie

<https://www.youtube.com/watch?v=WxWU9z354Gc>

**24.04** P.K- rzuty z biegu i wyskoku

<https://www.youtube.com/watch?v=d5W1dPE111E>

jak coś wiecej byście chcieli to: srokwi7@wp.pl