**11.05.2020**

Temat: Siła biegowa – skipy

<https://www.youtube.com/watch?v=HjvxrZh_6z0>

**12.05.2020**

Temat: Bezpieczne lądowanie w bieganiu

<https://www.youtube.com/watch?v=1aXl75ISEFE>

**13.05.2020**

Temat: Ćwiczenia sprawnościowe dla biegaczy

<https://www.youtube.com/watch?v=ixE2UW5Dvq8>

**15.05.2020**

Temat: Akrobatyka - rozgrzewka

<https://www.youtube.com/watch?v=vTWUa0rAcpw>

W razie pytań pisz na mail: [mmm67@op.pl](mailto:mmm67@op.pl).