

Testnevelés

Végezd el a 15 perces mozgásanyagot!

<https://www.youtube.com/watch?v=T5147BQI69w>

Ha végeztél igyál, és pihenj pár percet. Számold meg hány guggolást tudsz csinálni kifulladásig. Küldd el nekem a számot!