

Aerobik pro dospělé :)

Zdravím všechny,

.....nize naleznete další odkazy .... ☐

1. <https://www.youtube.com/watch?v=Cw-Wt4xKD2s>

cele video 2 krat ☐

2. posilovani 10 min na kulaty zadecek

<https://www.youtube.com/watch?v=vtD5nGoNMu8>

Preji pekne cviceni :)

Daja