Stars - 16. 11.

Dobrý den,

v příloze zasílám přípravu na distanční výuku Stars 16. 11.

1. rozcvička

[https://www.youtube.com/…75s](https://www.youtube.com/watch?v=HirIzBTYwOI&t=75s)

2.cvičení s pompony dle sestavy:

[https://www.youtube.com/…l7s](https://www.youtube.com/watch?v=SZtVga05l7s)

3. gymnastická ptůprava

[https://www.youtube.com/…8F0](https://www.youtube.com/watch?v=DfG4XL3q8F0)

4. cvičení flexibilita

[https://www.youtube.com/…EA8](https://www.youtube.com/watch?v=1FHfjCJfEA8)

S pozdravem

Petra Medáčková a Monika Brádková