příprava 2. 11. - Stars

Dobrý den,

zasílám přípravu na distanční výuku - Stars - 2. 11. 2020

1. rozcvička

[https://www.youtube.com/…1MM](https://www.youtube.com/watch?v=H-xz8HOO1MM)

2.  nácvik na most ze stoje a přemet vpřed

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

3. cvičíme s hůlkou, pokuste se zacvičit si tuto sestavu a procvičujte cviky, které zde vidíte

[https://www.youtube.com/…jpo](https://www.youtube.com/watch?v=NJUxDLN1jpo)

S pozdravem

Petra Medáčková a Monika Brádková