příprava minimažoretky 12. 10.

Dobrý den,

v příloze posílám přípravu na distanční výuku Minimažoretky - 12. 10.

1. Rozcvičit se u písničky Hvězda

[https://www.youtube.com/…O74](https://www.youtube.com/watch?v=do53CaoLO74)

2. trénování jednoduchých cviků

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

3. protažení na závěr

[https://www.youtube.com/…7LU](https://www.youtube.com/watch?v=Mw5NmWeB7LU)

S pozdravem

Petra Medáčková a Šárka Vančová