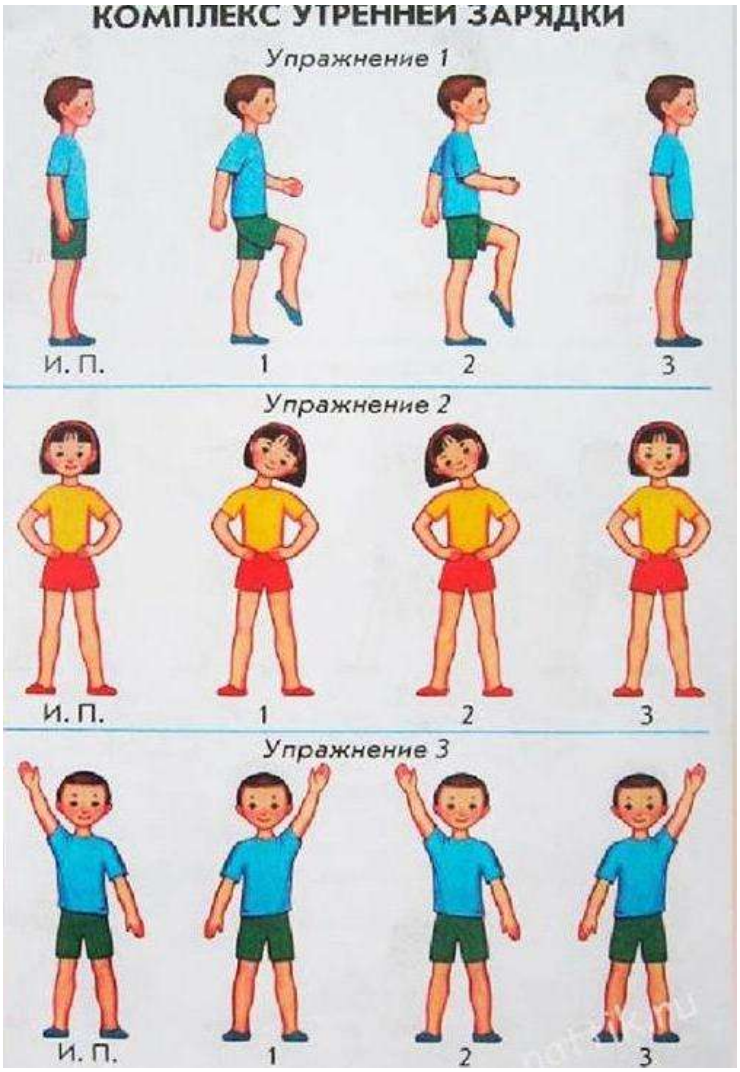
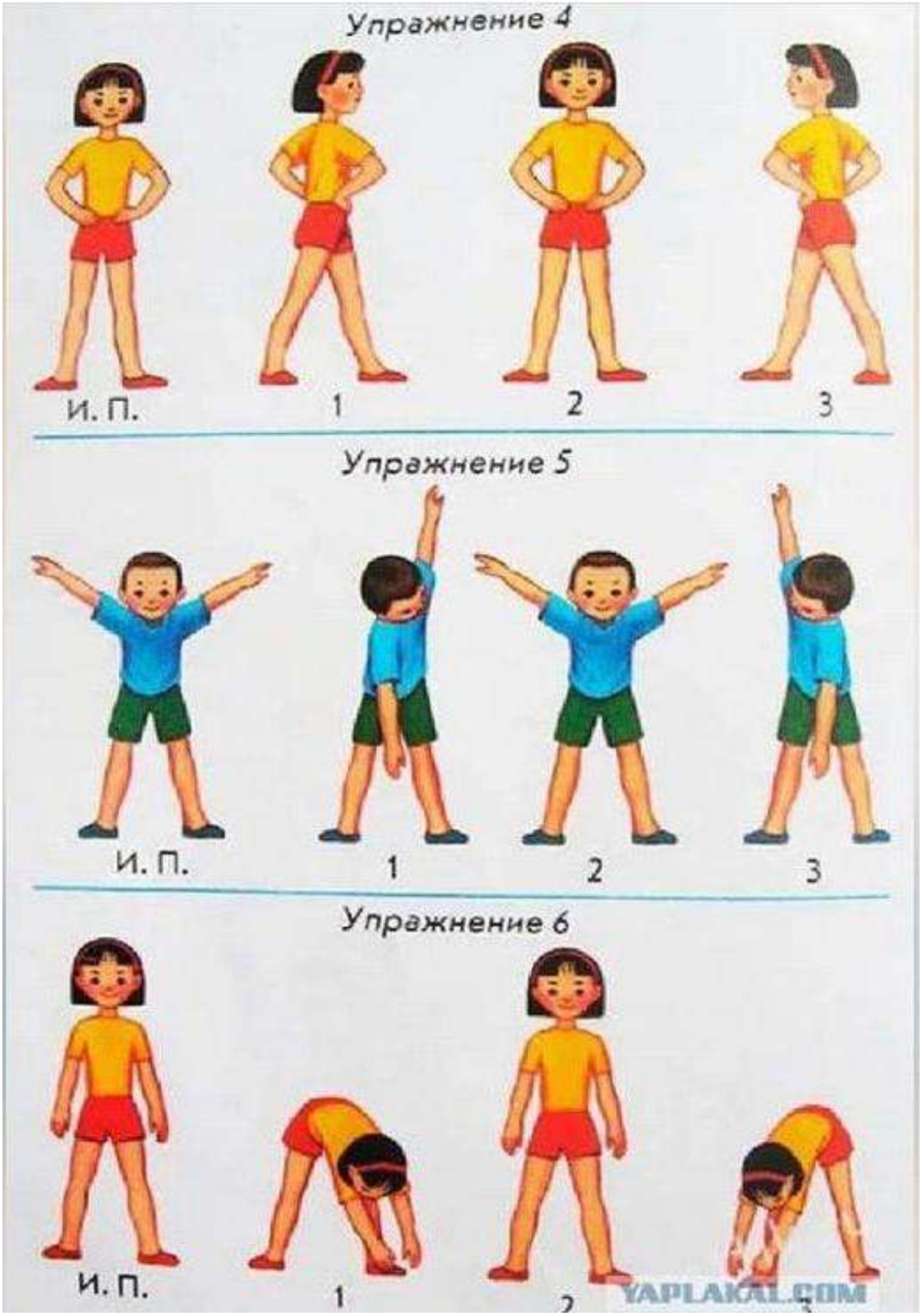
Консультация «Комплекс утренней зарядки»

Каждый день у нас ребятки,
Начинается с зарядки
Сделать нас сильней немного
Упражнения помогут 🏋️‍♂️




Упражнение 4
И. П.
1
2
3
Упражнение 5
И. П.
1
2
3
Упражнение 6
И. П.
1
2
YAPLAKAL.COM

Упражнение 7
И. П.
1
2
3
Упражнение 8
И. П.
1
2
3
Упражнение 9
И. П.
1
2