Гимнастика 5класс

Дата: 30ноября-7декабря. Работы присылать на эл.почту zaevskaya.marya@mail.com  
Тема: Упражнения для улучшения подвижности позвоночника.

Скрутки, наклоны в стороны все это способствует подвижности позвоночника.

Ссылка https://www.youtube.com/watch?v=HZ3GB2V2GBI&ab\_channel=MaryDance