Ćwiczenia w domu

Wtorek

<https://www.youtube.com/watch?v=NyZe5sDS7Ow>

Środa

<https://www.youtube.com/watch?v=SMkccyjsPDQ>

Czwartek

<https://www.youtube.com/watch?v=pezB41W4xaA>

Piątek

<https://www.youtube.com/watch?v=vq_4SghsXUg>