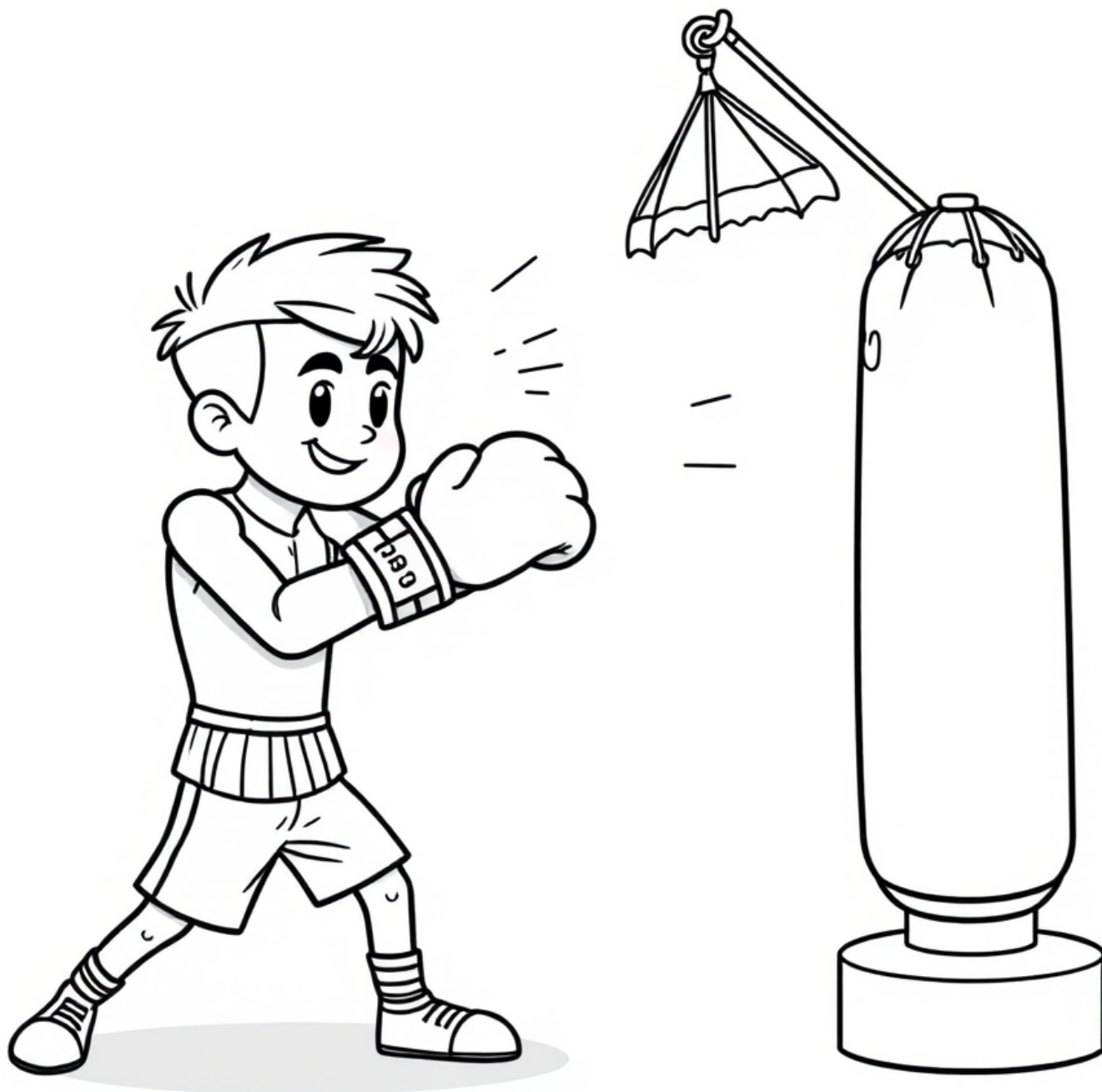


Bokser uderza w worek treningowy



kolorowanki.pl powered by 

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-06271



kolorowankioli.pl

K-06271 · Wiek 4-11 lat

Bokser uderza w worek treningowy

Bokserzy ćwiczą uderzenia na ciężkim worku treningowym, który wisi na łańcuchu. Dzięki temu uczą się celności i mocnego, ale kontrolowanego ciosu.

Ciekawostka

Ciężki worek treningowy może ważyć nawet tyle, co dorosły człowiek. Bokserzy uderzają w niego setki razy podczas jednego treningu.

Sugerowane kolory

Worek czarny ze skóry, rękawice niebieskie, koszulka szara, spodenki czarne, podłoga sali drewniana.

Wskazówka dla rodzica

Wspólnie policzcie uderzenia, żeby ćwiczenie zamienić w zabawę z liczeniem.



<https://animatolka.pl>

ŚLĄSK: Eventy firmowe i miejskie · Szkolne ·
Przedszkolne · Wesela · Komunie