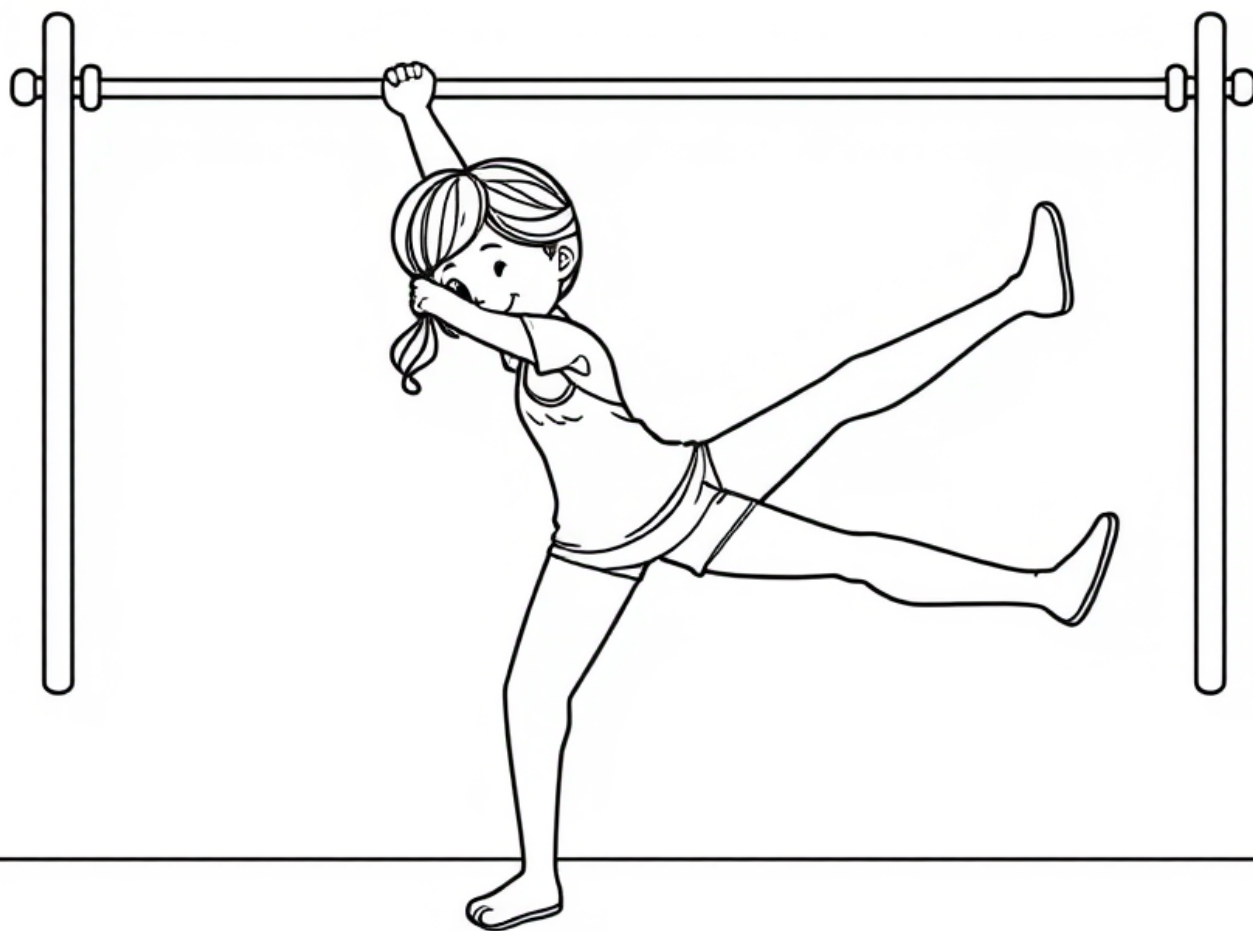


# Dziewczynka ćwiczy szpagat przy drabinkach



**kolorowanki.pl** powered by 

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-06174



**kolorowankioli.pl**

K-06174 · Wiek 4-11 lat

# Dziewczynka ćwiczy szpagat przy drabinkach

Szpagat poprzeczny rozciąga nogi na boki. Dziewczynka opiera jedną nogę o szczebel drabinek i powoli się rozciąga, żeby nogi rozeszły się szerzej.

## Ciekawostka

Drabinki gimnastyczne to drewniana ściana ze szczeblami, idealna do rozciągania. Opieranie nogi wyżej pomaga delikatnie zwiększać zakres szpagatu.

## Sugerowane kolory

Trykot żółty w kropki, drabinki jasnobrązowe, mata zielona, ściana sali kremowa.

## Wskazówka dla rodzica

*Przypomnij dziecku, że przy rozciąganiu trzeba spokojnie oddychać i nie przyspieszać na siłę.*



<https://animatolka.pl>

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