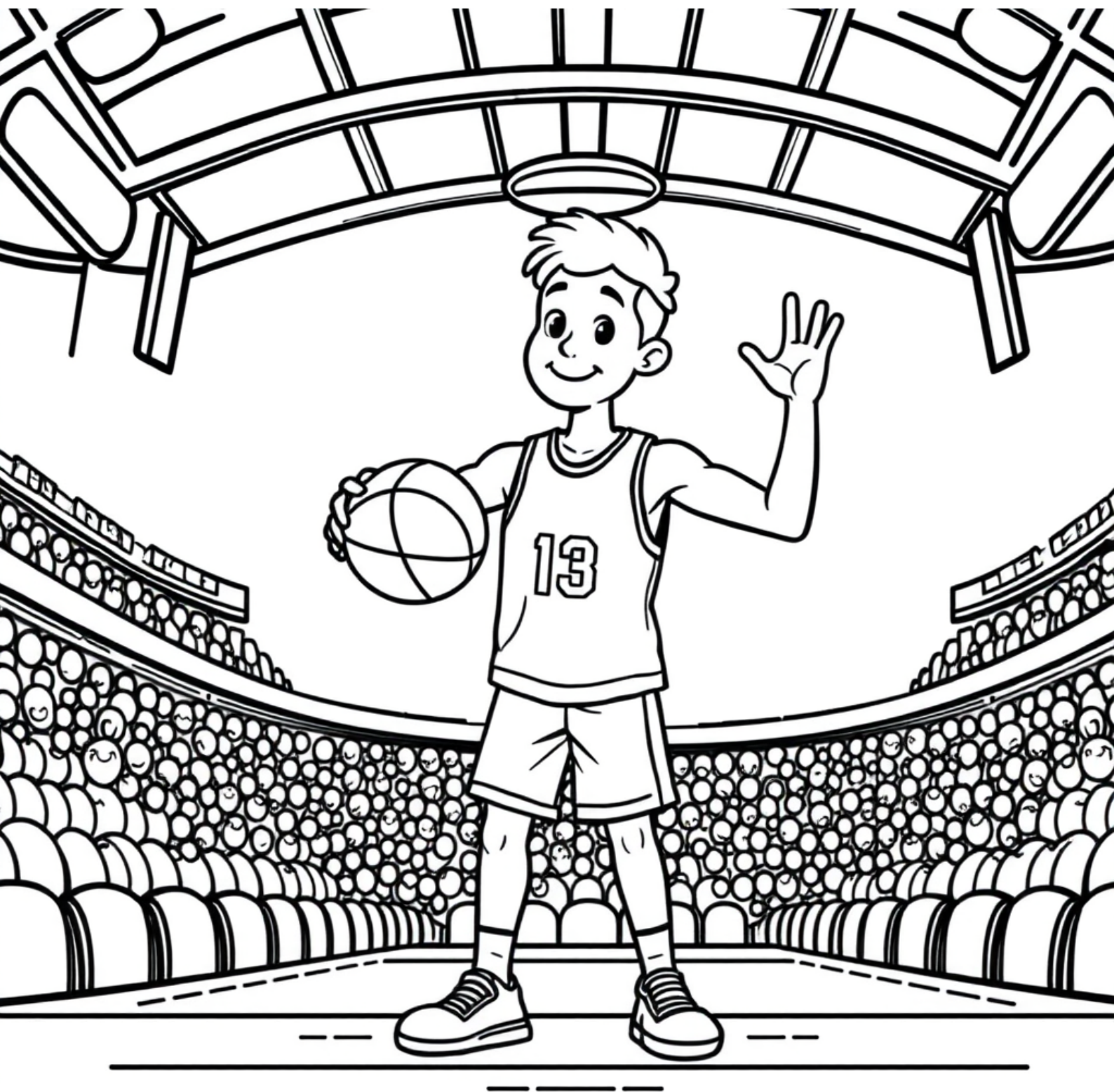


Koszykarz przygotowuje się do meczu na rozgrzewce



kolorowanki.pl

powered by



Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-05943



kolorowankioli.pl

K-05943 · Wiek 3-10 lat

Koszykarz przygotowuje się do meczu na rozgrzewce

Przed meczem zawodnicy się rozgrzewają, czyli rozciągają mięśnie i biegają, żeby przygotować ciało do wysiłku. Dzięki temu łatwiej uniknąć kontuzji.

Ciekawostka

Rozgrzewka rozgrzewa mięśnie tak, że stają się bardziej elastyczne i mniej podatne na naciągnięcia.

Sugerowane kolory

Koszulka treningowa szara, spodenki granatowe, buty białe, piłka pomarańczowa, parkiet jasny, puste trybuny.

Wskazówka dla rodzica

Rozgrzejcie się razem przed wspólną zabawą ruchową i porozmawiajcie, po co to robicie.



<https://animatolka.pl>

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