

# Pchnięcie kulą podczas treningu z trenerem



kolorowanki.pl powered by nimatOlka

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-06148



**kolorowankioli.pl**

K-06148 · Wiek 5-12 lat

# Pchnięcie kulą podczas treningu z trenerem

Pchnięcie kulą wymaga dobrej techniki, której uczy trener. Pokazuje, jak ustawić rękę i nogi przed wypchnięciem.

## Ciekawostka

Kule dla dzieci są dużo lżejsze niż te dla dorosłych. Dzięki temu można bezpiecznie ćwiczyć technikę.

## Sugerowane kolory

Koszulka pomarańczowa, spodenki granatowe, kula szara, dres trenera niebieski, boisko zielone.

## Wskazówka dla rodzica

*Podkreśl, że dobra technika chroni przed kontuzją i jest ważniejsza od samej siły.*



<https://animatolka.pl>

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