

Dziewczynka ćwiczy pilates na macie



kolorowanki.pl powered by nimatOlka

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-06653



kolorowankioli.pl

K-06653 · Wiek 4-11 lat

Dziewczynka ćwiczy pilates na macie

Pilates to ćwiczenia, które wzmacniają brzuch i plecy oraz poprawiają postawę. Wykonuje się je powoli i dokładnie na macie.

Ciekawostka

Pilates wymyślił człowiek o nazwisku Pilates, dlatego ten sposób ćwiczeń nosi jego imię.

Sugerowane kolory

Strój sportowy bordowy, mata szara, podłoga jasnobrązowa.

Wskazówka dla rodzica

Powiedz dziecku, że przy pilatesie ważne jest spokojne oddychanie podczas ruchu.



<https://animatolka.pl>

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