

**ZDROWO
i
SPORTOWO**

**CODZIENNE ĆWICZENIA
DLA NAJMŁODSZYCH**



PORUSZAJ SIĘ JAK
NIEDŹWIEDŹ (1 MINUTA)



CHODŹ JAK KRAB
(30 SEKUND)



SIĘGAJ WYSOKO
JAK ŻYRAFA, RĘCE
DO GÓRY I IDŹ NA
PALCACH (30 SEKUND)



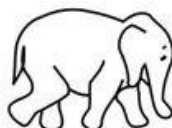
SKACZ JAK ŻABKA
(10 RAZY)



CHODŹ JAK PINGWIN
NA PIĘTACH
(30 SEKUND)



JAK DŁUGO
POTRAFISZ STAĆ NA
JEDNEJ NODZE JAK
FLAMING?



IDŹ JAK SŁOŃ, DUŻE
KROKI (30 SEKUND)



BIEGNIJ JAK GEPARD
(2 OKRĄŻENIA)



FRUWAJ JAK PTAK
(2 OKRĄŻENIA)



SKOKI ROZGWIAZDY
(10 RAZY)

Patronat Honorowy



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



Minister
Edukacji i Nauki

Patronat merytoryczny



CENTRUM
EDUKACJI
NAUCZYCIELI
W GDAŃSKU

Organizator



Partnerzy



FUNDACJA
SZKIEŁKO
I OKO



Fundacja
Sportu
Pozytywnego



DEV-SOFT

FOUNDATION
SPORT HAS SO MUCH TO GIVE US
DECATHLON

