

Dzień dobry

link do filmu z ćwiczeniami <https://www.youtube.com/watch?v=UgxUUOIsH5M>

wszystkie filmiki z moimi ćwiczeniami + ćwiczenia uczniów i zawodników
będę udostępniał na kanale youtube Ceramika#Opoczno#2007
<https://www.youtube.com/channel/UCI2RipFaQg1BhIzzX6Yy8BQ>

Trener Marcin Białycki