

Cheerleaderka robi szpagat z pomponami



kolorowanki.pl powered by nimatOlka

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-06226



kolorowankioli.pl

K-06226 · Wiek 4-11 lat

Cheerleaderka robi szpagat z pomponami

W tej figurze cheerleaderka schodzi do szpagatu, wciąż trzymając pompony. Pokazuje w ten sposób gibkość, którą ćwiczy na treningach.

Ciekawostka

Szpagat wymaga rozciągniętych mięśni, dlatego cheerleaderki dużo się rozgrzewają przed występem. Dzięki temu nie nabawią się kontuzji.

Sugerowane kolory

Strój niebiesko-żółty, pompony niebieskie i białe, buty białe, podłoga sali jasna.

Wskazówka dla rodzica

Wyjaśnij, że przed każdym ćwiczeniem rozciągania trzeba się rozgrzać, żeby nie zrobić sobie krzywdy.



<https://animatolka.pl>

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