

Sportowiec podnoszący sztangę na siłowni



kolorowanki.pl

powered by



Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-24638



kolorowankioli.pl

K-24638 · Wiek 7-10 lat

Sportowiec podnoszący sztangę na siłowni

Sportowiec dba o swoją formę, ćwicząc regularnie na siłowni. Na obrazku unosi sztangę nad głową, otoczony sprzętem treningowym.

Ciekawostka

Podnoszenie ciężarów wzmacnia mięśnie i kości. Sportowcy trenują pod okiem trenerów, żeby ćwiczyć bezpiecznie i skutecznie.

Sugerowane kolory

Sztanga szara ze stalowymi talerzami, strój sportowy w jaskrawym kolorze, podłoga siłowni ciemnoszara.

Wskazówka dla rodzica

Porozmawiajcie o tym, dlaczego rozgrzewka przed ćwiczeniami jest ważna.



<https://animatolka.pl>

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