

Gimnastyczka przechodzi ze stania na rękach do mostka



kolorowanki.pl powered by 

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-06206



kolorowankioli.pl

K-06206 · Wiek 5-12 lat

Gimnastyczka przechodzi ze stania na rękach do mostka

To połączenie dwóch figur: ze stania na rękach zawodniczka powoli opuszcza nogi i przechodzi w mostek, czyli wygięcie ciała do tyłu. Wymaga siły ramion i gibkości pleców.

Ciekawostka

Mostek pokazuje, jak elastyczny jest kręgosłup. Dzieci często są bardziej gibkie niż dorośli, dlatego łatwiej im wygiąć plecy.

Sugerowane kolory

Trykot różowo-fioletowy, mata gimnastyczna zielona, włosy ciemne związane, ściana sali jasna.

Wskazówka dla rodzica

Wytłumacz, że gibkość ćwiczy się powoli i regularnie, nigdy na siłę.



<https://animatolka.pl>

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