

# Trener piłkarski ustawia dzieci do rozgrzewki



kolorowanki.pl

powered by



Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-09720



**kolorowankioli.pl**

K-09720 · Wiek 4-11 lat

# Trener piłkarski ustawia dzieci do rozgrzewki

Trener drużyny uczy zawodników, jak grać i dobrze się ruszać. Tutaj pokazuje dzieciom ćwiczenia rozgrzewkowe przed treningiem na boisku.

## Ciekawostka

Rozgrzewka przed sportem rozgrzewa mięśnie i pomaga uniknąć kontuzji. Dlatego trenerzy zawsze zaczynają trening od kilku prostych ćwiczeń.

## Sugerowane kolory

Dres trenera granatowy lub czerwony, gwizdek srebrny, trawa zielona, piłki białoczarne.

## Wskazówka dla rodzica

*Opowiedz dziecku, że trener dba o całą drużynę i uczy współpracy, nie tylko strzelania goli.*



<https://animatolka.pl>

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