

Zajęcia sportowe

W ostatnim czasie lubimy się bardzo poruszać. Same się nawet dziwimy , że mamy zapał do tego żeby ćwiczyć. Zaczęłyśmy same biegać wieczorami po kilka kółek wokół boiska, polubiłyśmy nawet bardzo często spacerować, chociaż jak pani Asia proponowała nam spacer to nie byłyśmy chętne , aby gdzieś iść, ale teraz same ubiegamy się o spacer .

Późnymi popołudniami pani Asia puszcza nam aerobik i ćwiczymy po to , aby mieć lepszą kondycję. Ćwiczenia były bardzo ciekawe, ale też bardzo wyczerpujące jednak nie poddałyśmy się i z zapałem ćwiczyłyśmy jeszcze więcej i coraz bardziej intensywnie do końca . Mamy nadzieję , że nasze sylwetki będą szczupłe i , że taką formę utrzymamy na bardzo długi czas .

Natalia G.