**REHABILITACJA**

Zestaw ćwiczeń dla uczniów uczęszczających na zajęcia rehabilitacyjne prowadzonych przez nauczyciela Barbarę Wójcik

Klasy: ITP, ITG,

I LO, II LO, Szkoła Branżowa I stopnia, II BRK, III BR

Uczniowie wysłałam wam kolejny zestaw ćwiczeń korekcyjnych tym razem z taśmą gimnastyczną (thera band ). Ćwiczenia mają na celu wzmocnienie mięśni grzbietu. Proszę wykonujcie ćwiczenia systematycznie zgodnie z waszym planem zajęć rehabilitacyjnych. Ćwiczenia znajdziecie na youtube:

<https://www.youtube.com/watch?v=seRQZQWWFKshttps://www.youtube.com/watch?v=seRQZQWWFKs>