

Για μικρούς και μεγάλους.

Στάση σώματος στον υπολογιστή, επίκαιρο όσο ποτέ!

Παιδιά, τα παρακάτω παρακολουθήστε τα μαζί με τους γονείς.

https://www.youtube.com/watch?v=jLDHnU-Zz90&feature=emb_title

<http://photodentro.edu.gr/aggregator/lo/photodentro-lor-8521-761>

<http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/757>

Γυμναστική για παιδιά Δ, Ε, ΣΤ δημοτικού (20 λεπτά)

https://www.youtube.com/watch?v=o8uTdn_zkok

Ολοκληρωμένο πρόγραμμα γυμναστικής για παιδιά Δ, Ε, ΣΤ δημοτικού (25 λεπτά)

<https://www.youtube.com/watch?v=uy5pnX4xAuw>

Χορός (για μικρούς και μεγάλους)

<https://www.youtube.com/watch?v=k5brRJZvJM4>

<https://www.youtube.com/watch?v=oUYSYLC1UIA>