

Dla wszystkich klas

Drogi Uczniu!

W tym tygodniu wykonaj TEST Sprawności Fizycznej Krzysztofa Zuchory.

Poniższy test wykonywaliśmy we wrześniu z którego posiadam wyniki, więc nie będziesz miał problemu jak wykonać. Tym testem możesz zmotywować swoją rodzinę do doskonalenia swojej sprawności fizycznej a przy tym miło spędzić wolny czas. Proszę przesłać tabele wyników (uzupełnioną lub wykonaj ręcznie) dla oceny postępów. Email: bozena.wolos1@wp.pl

http://www.gimpszow-sport.vot.pl/files/isf_zuchory.pdf

Jeżeli nie zadziała proszę wpisać w wyszukiwarce :Indeks Sprawności Fizycznej Krzysztofa Zuchory