1. **ĆWICZENIA KOREKCYJNE NA PROSTY KRĘGOSŁUP**

**Przykłady ćwiczeń korekcyjnych w leżeniu do zrobienia w domu dla wszystkich uczniów, którzy będą siedzieli długo przy komputerze ucząc się.**

**Zrób sobie przerwę w nauce i poćwicz!**

