



Веселая Мульт-зарядка .

Чтобы быть бодрыми, сильными и здоровыми, детям нужно делать зарядку каждый день. Мы предлагаем сделать этот процесс не только полезным, но и веселым, создающий хорошее настроение на целый день.

Делайте упражнения, занимайтесь спортом, укрепляйте здоровье вместе с героями весёлой Мульт-зарядки!

https://youtu.be/7ELMG_9fVeY?t=58

<https://youtu.be/39HrMCS2XTE?t=1>

<https://youtu.be/QuqQcy6DsGE?t=32>

<https://youtu.be/nz3bLxTjIx8?t=3>

<https://youtu.be/Pc44Xmgt0IU?t=2>