



1. speciální výzva 20.11. - Klik na prstech

Přejeme krásný víkend a máme tu první SPECIÁLNÍ VÝZVU!

Otestujeme sílu našich prstíků. Začneme zlehka, půjdeme do kliku na kolena, ale místo dlaní se postavíme na konečky prstů. Počínaje malíčkem jeden za druhým začneme ubírat a vyzkoušíme, jak málo nám jich stačí k tomu, abychom se v kliku udrželi.

Komu to půjde, tak si může vyzkoušet to samé v kliku a kdo je opravdový mazák, tak klik na prstech zvládne i udělat. Až zjistíte, jak na to, tak nezapomeňte poprosit rodiče, ať vás vyfotí, abyste se mohli svými nabombenými palci a ukazováky v komentářích pochlubit.

Přikládáme video, jak úkol provádí bojová legenda Bruce Lee, abyste viděli, kam až je možné se dopracovat.