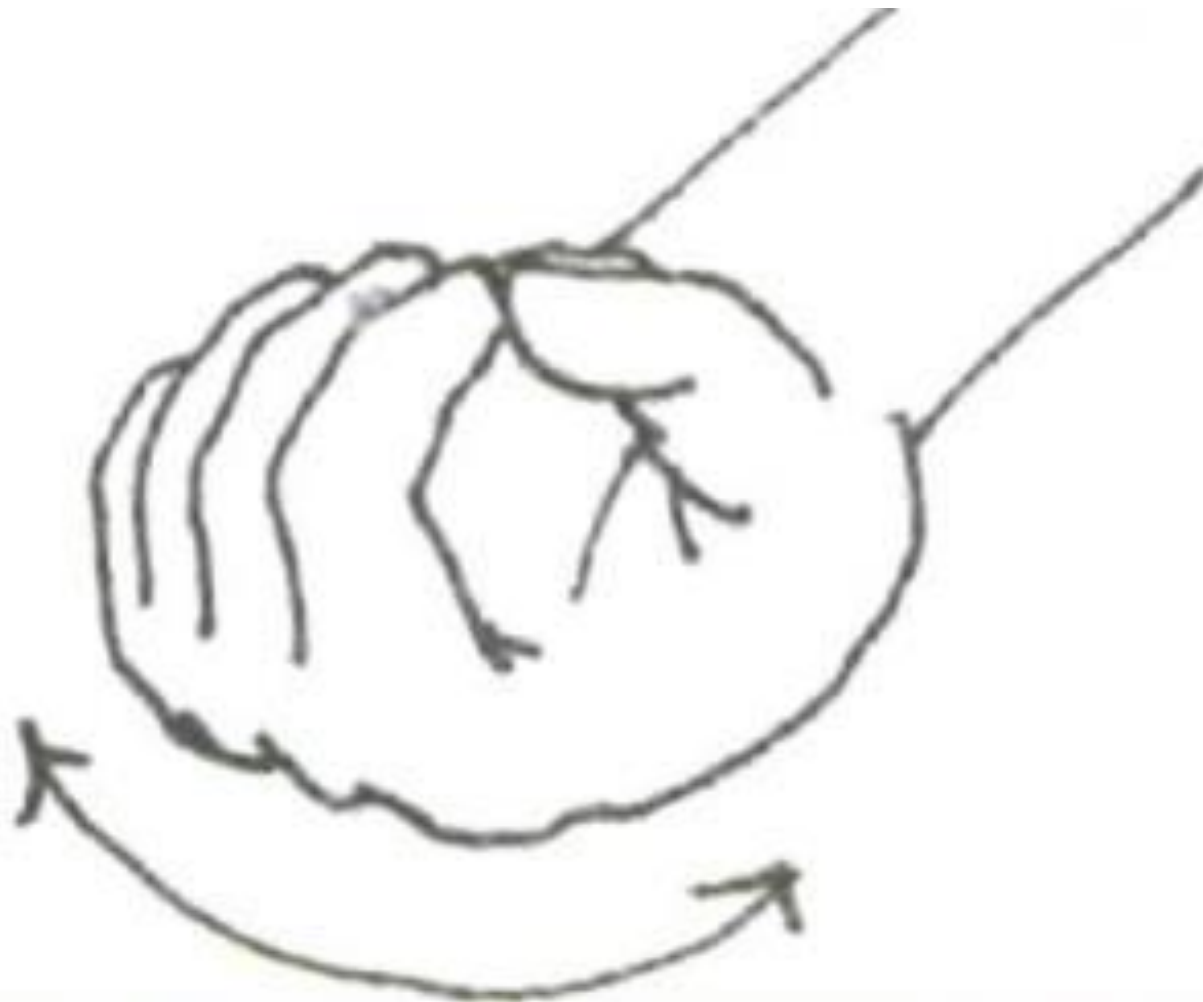


Йог



В кольцо свернулся как-то йог.



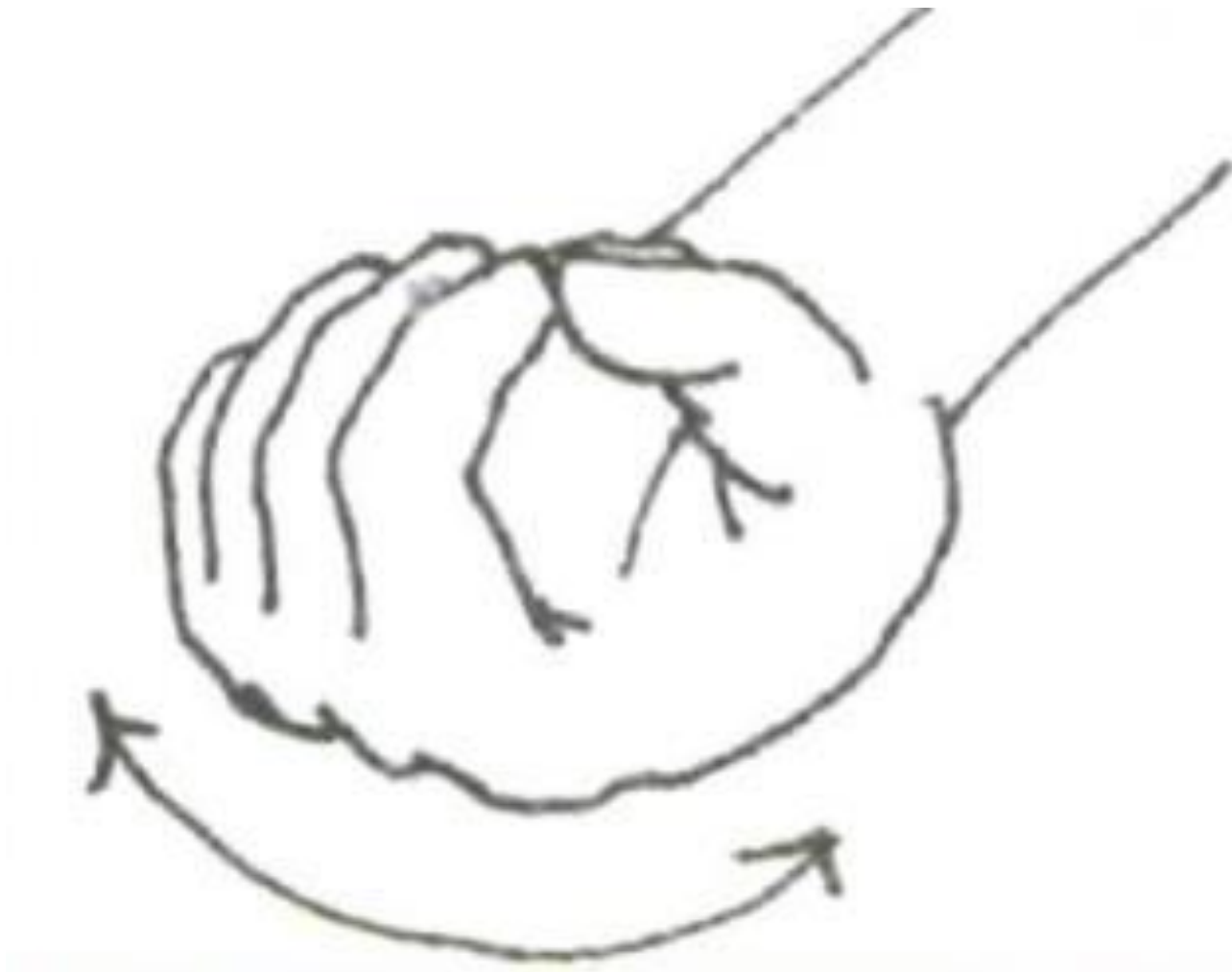
Соединяем пальцы в кольцо и, положив руку на стол, выполняем перекатывающие движения.

Сложившись так, он навзничь лег.



Распрямляем ладонь.

И я бы точно так же смог,



Соединяем пальцы в кольцо и, положив руку на стол, выполняем перекатывающие движения.

Коль был бы то не я, а йог.



Распрямляем ладонь.

Молодцы

**В презентации использованы материалы
книги М.Н. Андросовой
«В гору лезут альпинисты»**

Автор презентации: Бунецкая Н.В.