
Live-treenit Zoomissa

18.30-19.00 omatoimiset pallon kanssa, YouTuben avustuksella.

18.30: 1* <https://youtu.be/24gY7d6Ycdw> (2,5 minuuttia)

18: 35: 2* <https://youtu.be/bLJI7Bre0yk> (11 minuuttia)

18: 50: 3* <https://youtu.be/oUN4Mzohzzw> (8 minuuttia)

19:00 - 19.40: Kokoontuminen, jutustelua, pallotehtäviä