**1)Παρακάτω, σας προτείνουμε κάποιες ασκήσεις, τις οποίες μπορείτε να κάνετε μέσα στο σπίτι ή στην αυλή σας.**

<https://safeyoutube.net/w/3WY4>

<https://safeyoutube.net/w/ocZ4>

<https://safeyoutube.net/w/seZ4>

<https://safeyoutube.net/w/KfZ4>

<https://safeyoutube.net/w/OgZ4>

2)Τώρα είναι η ώρα να αξιολογήσετε τις διατροφικές σας συνήθειες. Τρέφεστε σωστά; Κάντε το τεστ στο παρακάτω βίντεο και θα το διαπιστώσετε!

<http://photodentro.edu.gr/aggregator/lo/photodentro-lor-8521-10755>

3)Τώρα ήρθε η ώρα για Παραδοσιακούς Χορούς! Ο χορός Ποδαράκι από τη Θράκη.

[**http://www.pi-schools.gr/lessons/gymnastics/ypost\_yliko/paradosiakoi/xoros7\_eisag.html**](http://www.pi-schools.gr/lessons/gymnastics/ypost_yliko/paradosiakoi/xoros7_eisag.html)

<https://safeyoutube.net/w/5Nk5>

**Τώρα ήρθε η ώρα για λίγη χαλάρωση!**

<https://safeyoutube.net/w/KPZ4>

****

**ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ !!!**