

Jméno a příjmení:

Třída:

Rádi bychom vás požádali o zodpovězení několika otázek.

1. Který cvik připomíná pozici 6 měsíce dítěte?

.....

2. Můžete vyjmenovat 2 nové cvičící pozice, které jsme ve druhé video lekci použili?

.....

3. Jak se nazývá kost v oblasti pánve pod pupíkem?

- Kyčelní kost
- Spona stydká
- Pánevní kost

4. Ve cviku pro uvolnění hrudní páteře v leže na břicho je úhel nastavení v lokti:

- méně než 90
- 90
- více než 90

5. Který cvik byl pro Vás nejtěžší?

.....

6. Máte ke cvičení nějaké dotazy, podněty, poznámky nebo připomínky?

.....

.....