

## Φυσική Αγωγή

**A'+B'+Γ' Δευτέρα 1/2**

10 Best Kids Exercises For Arms + Chest + Back | 3 in 1

<https://www.youtube.com/watch?v=M-0BQGFmeuY&list=PLD-MFRMx69cutBNGVgmGa5gVOboOyNhAYJ&index=5>

**Δ'+E'+ΣΤ' Δευτέρα 1/2**

Legs + Arms Kids Exercise At Home

[https://www.youtube.com/watch?v=pizl7eNVSg8&list=PLD-MFRMx69cvri0mwOPWW\\_yfvLdyzIFnS&index=1](https://www.youtube.com/watch?v=pizl7eNVSg8&list=PLD-MFRMx69cvri0mwOPWW_yfvLdyzIFnS&index=1)

**A'+B'+Γ' Τετάρτη 3/2**

Daily Kids Workout For Legs and Back Muscles

<https://www.youtube.com/watch?v=ObvALny6Xw0&list=PLD-MFRMx69cutBNGVgmGa5gVOboOyNhAYJ&index=4>

**Δ'+E'+ΣΤ' Τετάρτη 3/2**

7 Days Challenge Get Stronger Arms - Kids Exercise

[https://www.youtube.com/watch?v=H0y\\_I4oJR5Q&list=PLD-MFRMx69cvri0mwOPWW\\_yfvLdyzIFnS&index=2](https://www.youtube.com/watch?v=H0y_I4oJR5Q&list=PLD-MFRMx69cvri0mwOPWW_yfvLdyzIFnS&index=2)

**A'+B'+Γ' Παρασκευή 5/2**

Kids Workout For Stronger Arms and Chest //No Equipment

<https://www.youtube.com/watch?v=kfs9BHkApLo&list=PLD-MFRMx69cutBNGVgmGa5gVOboOyNhAYJ&index=3>

**Δ'+E'+ΣΤ' Παρασκευή 5/2**

Kids Workout For Stronger Arms and Chest //No Equipment

[https://www.youtube.com/watch?v=kfs9BHkApLo&list=PLD-MFRMx69cvri0mwOPWW\\_yfvLdyzIFnS&index=3](https://www.youtube.com/watch?v=kfs9BHkApLo&list=PLD-MFRMx69cvri0mwOPWW_yfvLdyzIFnS&index=3)

Το **Σάββατο** γυμνάζομαι με το πρόγραμμα που μου άρεσε περισσότερο!

**Κυριακή:**

Ήπειροι και Ολυμπιακοί κύκλοι.

<https://www.youtube.com/watch?v=ZApMKclTyuE>

Μασκόντ ολυμπιακών αγώνων.

[https://www.youtube.com/watch?v=LEsTtJX\\_1vk](https://www.youtube.com/watch?v=LEsTtJX_1vk)