**Temat Oceniamy sił mięśni nóg- skok w dal z miejsca obunóż**

**SKOCZNOŚĆ**

Skocz w dal z miejsca obunóż, rezultat zmierz stopami.

1 pkt – 5 stóp  
2 pkt – 6 stóp  
3 pkt – 7 stóp  
4 pkt – 8 stóp  
5 pkt – 9 stóp  
6 pkt – 10 stóp

Wykonaj test i oceń swoją skoczność. Wynik możesz przesłać na [anka-nt@o2.pl](mailto:anka-nt@o2.pl) Powodzenia