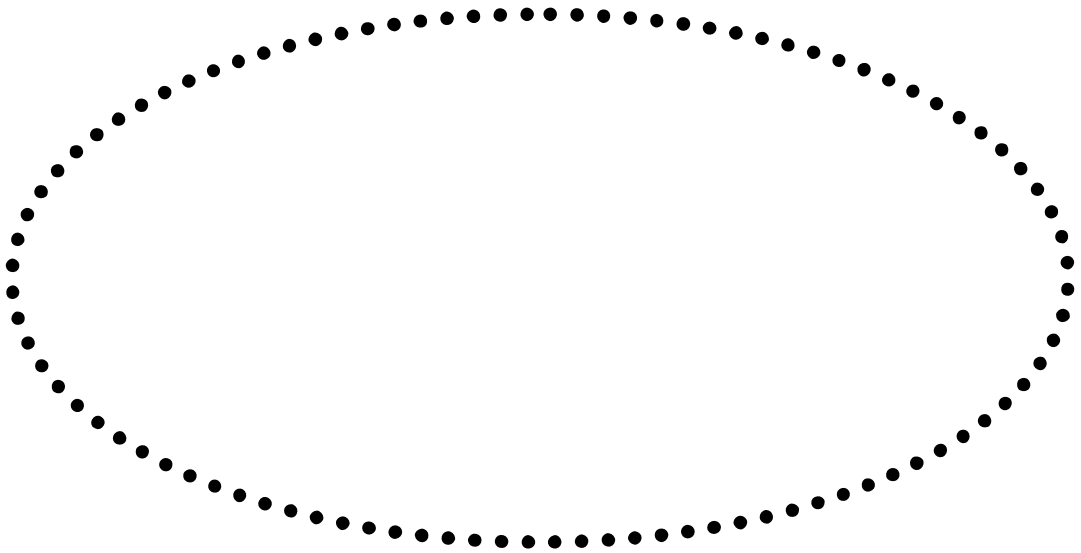
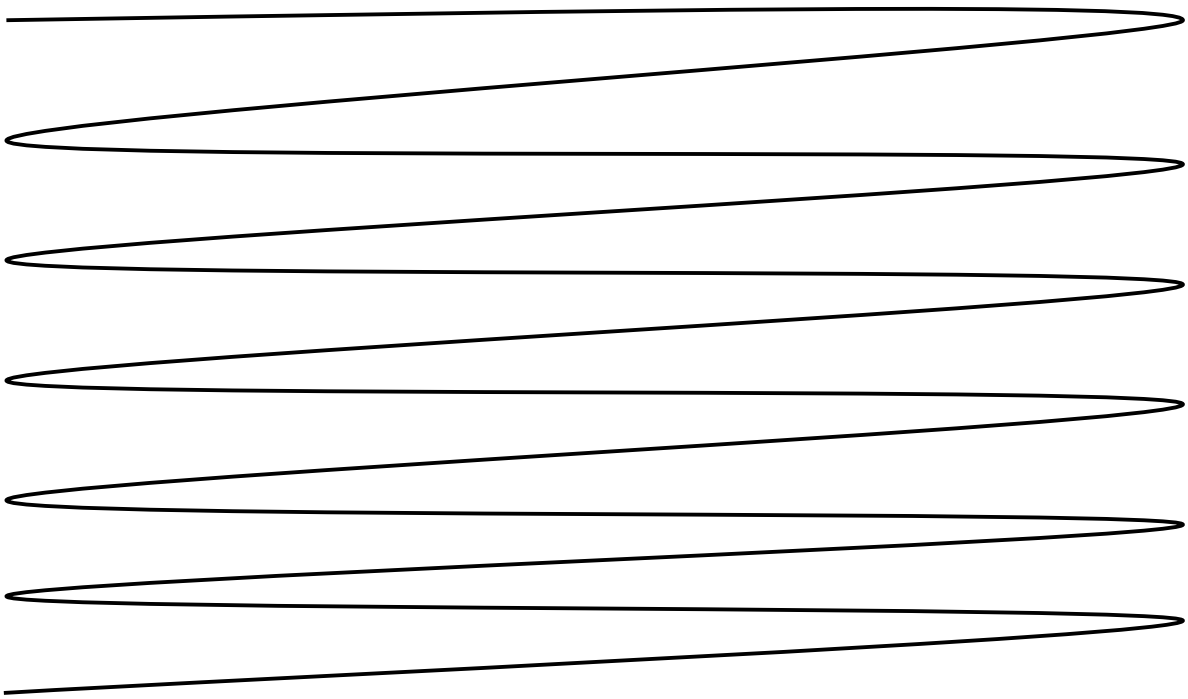
Gimnastyka Oczu 2

Przesuwaj oczami po kolejnych kropkach tworzących owalny kształt (5 razy w prawo i 5 w lewo). Następnie wykonuj ćwiczenie płynnie (nie skupiając się już na kolejnych kropkach, 10 razy w prawo i w lewo).



Przelatuj oczami po liniach zaczynając od góry (10 razy), następnie od dołu (10 razy).



© 2008 Copyright: www.ProjektSukces.pl