

科目	PE
級別	F1
上網日期	10-02-20
負責老師	SNC
標題	停課不停運動 DAY1 to DAY 5 –凝動香港體育基金
指引	<p>1. 觀看「教學影片」</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=5HPVBnN3WY4&feature=youtu.be</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=1B402Wcdjs</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=TrFC99_doOI</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=100KzQ7H040</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=NW43WSycc6g</p> <p>2. 依照影片，於家內自行跟隨影片於家中進行運動。</p>
完成日期	每日可自選影片於家中進行運動