



Οι μαθητές και οι μαθήτριες αυτών των τμημάτων πρέπει να κάνουν εξάσκηση σε αυτές τις δέκα ασκήσεις (<https://youtu.be/5CdThq1KAll>) σε κάποιες από τις οποίες και θα εξεταστούν για την βαθμολογία τους στο ποδόσφαιρο.