

PRAKTIČEN DEL:

Danes na vadbo povabi tvojega najboljšega plišastega prijatelja ☺

Vaje si poglej na spodnji povezavi: <https://www.youtube.com/watch?v=7VAElkGmXno>

Naredimo še nekaj vaj za krepitev celega telesa: VAJE LAHKO DELAŠ TUDI MED ODMORI PRI UČENJU



VSAKO VAJO DELAŠ 45 SEKUND, SLEDI 30 SEKUND POČITKA. NAREDIŠ 2 KROGA.

