PRIPRAVILA SEM VAM 5 GIBALNIH VAJ:

1. Poskusi se z rokami dotakniti oblakov.

 

1. Trikrat naredi preval. / Kotali po preprogi na levo, na desno stran.

 

1. 10x poskoči kot zajček.



1. Stoj na levi eni nogi in štej do 5. / Sprehodi vsaj 5 metrov.

1-2-3-4-5

1. Steci do najbližjih vrat in nazaj.



VKLOPI GLASBO NA NASLEDNJI POVEZAVI:

https://www.youtube.com/watch?v=WUXEeAXywCY
IN S POMOČJO SLIK IZVEDI ELEMENTE JOGE.

A MORDA POZNAŠ YUVIJA?

ČE NE, ZDAJ IMAŠ ČAS, DA MU POMAGAŠ NAJTI SKITI ZAKLAD:

https://www.youtube.com/watch?v=UgRENY-okaM&t=1026s