

NAVODILA ZA DELO

ŠPORT

V torek si v kombinaciji z likovno umetnostjo izvajal vaje na spodnji povezavi. Glede na to, da so to vaje za krepitev, je pomembno, da jih izvajaš redno, vsaj nekajkrat na teden. Izbrane vaje izvedi tudi danes. Izberi si tri vaje. Število ponovitev je navedeno v posnetku. Seveda pa ne pozabi na ogrevanje.

Video najdeš na tej povezavi:

<https://www.youtube.com/watch?v=7spURPro47M>