



KOCKA JUNAKOV



Za zdravo telo potrebujemo 60 minut fizične aktivnosti vsak dan. Igraj »KOCKO JUNAKOV« vsak dan.

NAVODILA:

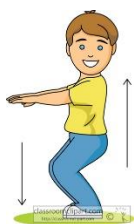
Vrzi kocko in naredi nalogo pri ustrezni številki. Začni s petimi ponovitvami. Nato vsak dan naredi kakšno ponovitev več.



POSKOKI »PAJAC«



SKLECE



POČEPI



ZAPIRANJE KNJIGE



DVIGOVANJE TRUPA



DRŽANJE POLIČKE
(20 sekund)