Sreda, 15. april 2020

Pozdravljeni, dragi učenci in učenke.

Danes boste razgibali svoje telo s pomočjo JOGE.

Spodaj imate 5 različnih vaj.

Dobro poglejte, kakšno držo imajo otroci na slikah in jih posnemajte.

Vaje delajte po vrsti.

V vsakem položaju vztrajajte 30 sekund.

Vaje lahko večkrat ponovite.

****

Želim vam veliko zabave in vas lepo pozdravljam.

učiteljica Milena