|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 3. dan: Šport kot sprostitev | Sledko | **RAZGIBAJ SE,**  **DA OSTANEŠ ZDRAV**  Sobota, 9. 5. 2020 | 3. dan: Šport kot sprostitev | Sledko |

|  |  |
| --- | --- |
| Aktivnost 1: | **Kompleks gimnastičnih vaj opravite sami. Dodajte sklop elementov atletske abecede.**  **Trajanje aktivnosti: 15 - 20 min.** |
| Aktivnost 2: | **Malo za spremembo vas v linku čaka » Cirkuška vadba za moč in žongliranje«. Poskusite, ne bo vam žal.**  [**https://www.youtube.com/watch?v=PbP9V0HyoIg&t=&fbclid=IwAR0oCyYnZw8v8o8UNdtlFQNbo2czItoj6IVDFFrY4Kvcx6hc2grAGm2GSss**](https://www.youtube.com/watch?v=PbP9V0HyoIg&t=&fbclid=IwAR0oCyYnZw8v8o8UNdtlFQNbo2czItoj6IVDFFrY4Kvcx6hc2grAGm2GSss) |
| Aktivnost 3: | **Ker je zunaj toplo in ker gibanje na prostem več ni prepovedano, vam svetujem, da se odpravite v naravo na sprehod ali izvedete kakšen tek v lahkotnem tempu.**  **Trajanje aktivnosti: 30 – 60 min.**  **Za boljšo voljo dodajam link, ki prikazuje, da za zanimivo gibanje nikoli ne zmanjka idej.**  [**https://www.facebook.com/maksi.sanca/videos/3178829572129206/UzpfSTcxOTQzMzMzNDpWSzoyMTEwNzU5OTAzNDc5MjA/?post\_tag\_id=189821289140057**](https://www.facebook.com/maksi.sanca/videos/3178829572129206/UzpfSTcxOTQzMzMzNDpWSzoyMTEwNzU5OTAzNDc5MjA/?post_tag_id=189821289140057) |

**»Če bi rad bil prvak, se bori rundo več«.**