

## IZBIRNI PREDMET ŠPORT

### 7. RAZRED

#### NAVODILO: TENIS MALO DRUGAČE

Pozdravljeni, kot že veste, je tenis eden od športov, ki jih že lahko igramo. Zato je dobro, da malo potreniramo. Vse napotke imate v posnetku:

<https://www.youtube.com/watch?v=vCyowm33CZw&feature=youtu.be>

Kljub karanteni je še zmeraj priporočeno gibanje v naravi zaradi krepite imunskega sistema. Izkoristite lepe, sončne dneve!

**Vadite individualno, lahko v prisotnosti ožjih članov družine, nikakor se ne družite oziroma ne imejte skupinskih vadb.**

Če imate vi ali kdo v družini facebook profil, vaju vabiva, da se nam pridružite v skupino »Roševci športamo tudi v času karantene!«, kjer se dnevno objavljajo različne vaje, primerne situaciji.

Poglejte si tudi naslednji posnetek na youtube:

[https://www.youtube.com/watch?v=PbP9V0HyoIq&t=&fbclid=IwAR3jeQyZ8UITxLszSQd2sSy0\\_mYzFndhFXFKojFc-gYdXATGzy7z08fE5VM](https://www.youtube.com/watch?v=PbP9V0HyoIq&t=&fbclid=IwAR3jeQyZ8UITxLszSQd2sSy0_mYzFndhFXFKojFc-gYdXATGzy7z08fE5VM)

Ostanite zdravi!

Desa Čalasan Grajžl in Vojin Mlinarević, športna pedagoga