

RAP (RAZŠIRJEN PROGRAM) - IGRÉ Z ŽOGO

Poglej si posnetek in tudi sam naredi vaje:

https://www.youtube.com/watch?v=AMnaGRWFDEw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR0_IYcu5J-kPa8ewL3yCJG85dqDpafcELV0xcCIY0k655gYtsp3KPdD6o0

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=ha_pvGHzhP4&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1ZG3NcuGvtPPLXD_vcuwn3mtv0XcDajd1QI8Us5aKu4PPpX2SfcmPa5aQ

Ostanite zdravi!

Desa Čalasan Grajžl in Vojin Mlinarević, športna pedagoga