


Pozdravljen/a,

Se spomniš igrice „Ime, ime, ime ... kako ti je ime?“

Danes ta igra nekako drugače ... Sestavi svoje ime z gibi, predstavi se kot nekdo drug, bodi lev, tiger, špageti ... Prepusti se domišljiji. K igri povabi še ostale družinske člane ...

Legenda:

- |   |  |
|---|--|
|  - 10 žabjih poskokov                |  - stoja na lopaticah-sveča (30 sekund)         |
|  - 10x kroženje z rokami naprej      |  - kroženje s trupom (10x na vsako stran)       |
|  - 5 skleci                          |  - zasuki z rokami v stran (10x na vsako stran) |
|  - 10 zajčjih poskokov              |  - 30x visoki skip na mestu                    |
|  - hoja naprej v čepu (5 metrov)   |  - 5 vojaških poskokov                        |
|  - 10x skoki po desni nogi         |  - 10x kroženje z rokami nazaj                |
|  - 10x skoki po levi nogi          |  - hoja po vseh štirih nazaj (15 sekund)      |
|  - hoja po vseh štirih (15 sekund) |  - 10 bočnih poskokov                         |
|  - 10 visokih sonožnih poskokov    |  - hopsanje na mestu (15 sekund)              |
|  - 15x kroženje s trupom           |  - 10x dvigovanje iztegnjenih nog v sedlu     |
|  - 10 počepov                      |  - 5 poskokov v počepu                        |
|  - 5 izpadnih korakov z vsako nogo |  - hitri tek na mestu (20 sekund)             |
|   |  - hoja nazaj v čepu (5 metrov)               |