

AKTIVNI ODMOR

razgibaj se med učenjem 😊

Vadba je namenjena aktivnemu odmoru med opravljanjem ostalih šolskih obveznosti.

Vadbo izvajaj na svežem zraku zunaj, ali ob odprtem oknu.

Vadi skupaj z bratom, sestro, starši...

Pošlji mi kakšno sliko kako vadiš doma na [rok.lorger@osdobje.si](mailto:lorger@osdobje.si)

Prijetno miganje! 😊

[AO4 – vadba za moč 1](#)

