



# 100 vježbi



Odradi po 10 puta i označi.



KRUŽI RAMENIMA - NAPRIJED

KRUŽI OBJEMA RUKAMA

HODAJ UNATRAG

NAJVEĆI KORACI

DLANOVIMA DODIRNI NOŽNE PRSTE

SJEDNI I USTANI

POSKOKA

SUNOŽNO POSKOČI NAPRIJED - NATRAG

PRESKOKA VIJAČE



ČUČNJEVA

