Pozdravljeni.

Za današnjo petkovo uro športne vzgoje imate na voljo:

* BURN BOOTCAMP – visoko intenzivna vadba (priporočava):

<https://www.youtube.com/watch?v=QUXXw5-z3w8>

* ENAKOMERNI TEK ali HITRA HOJA v naravi

Seveda ne pozabiti na primerno ogrevanje in raztezne sprostilne vaje ob zaključku.

Športni pozdrav.

Učitelja športa.