

Pozdravljeni, dragi učenci!

Učenci, ki obiskujete izbirne predmete ŠZZ in Izbrani šport odbojka, mi lahko napišite, zakaj šport dejansko pripomore k boljšemu zdravju in zakaj imate radi odbojko. (vsaj nekaj povedi, da vas lahko ocenim)

Pošiljam pa vam povezavo do mojih vaj v gozdu, ki temeljijo na skokih in vajah za moč rok ter povezavo za vaje trebušnih mišic.

[vaje v gozdu](#)

[10 min vaja za trebušne mišice](#)