**TZK**

1. BRZO HODANJE 30MIN
2. VJEŽBE NA PODU:
* IZ POLOŽAJA LEŽANJA NA LEĐIMA PODIZATI NAIZMJENIČNO LIJEVU PA DESNU NOGU, SVAKU NOGU 10X



* PODIZANJE RUKU IZ LEŽEĆEG POLOŽAJA NA PRSIMA 10X



SVE PONOVITI 3X

1. „IGRA BALONOM“ POKUŠAJTE SE DODAVATI U PARU UDARENJEM BALONA NA RAZNE NAČINE. POKUŠAJTE DA JE BALON ČIM VIŠE U ZRAKU.