Pozdravljene učenke,

danes, petek, 10. 4., ste imeli dan dejavnosti.

Za IŠP pa vam dajem naslednja navodila: po opravljenih nalogah dneva dejavnosti pojdite vsaj pol ure ven, na svež zrak, v naravo, na sprehod in lahkotnejši tek. Najprej naredite raztezne vaje nato pa kombinirajte 5 minut lahkotnega teka in 5 minut malo hitrejše hoje. To ponovite 3x, skupaj 30 minut. Upoštevajte navodila ki veljajo v času epidemije.

Lp in ostanite zdravi.

Stojan Koren