Pozdravljeni učenci in učenke,

Za NŠP imate danes, 6.5., naslednja navodila: po kosilu pojdite ven v naravo na sprehod in lahkotnejši tek. Najprej naredit raztezne vaje v trajanju 10 minut. Nato pa kombinirajte 4 minute teka in 6 minut malo hitrejše hoje. To ponovite 3X, skupaj z razteznimi vajami naj traja gibanje vsaj 40 minut.

Če bo slabo vreme lahko nalogo preložite na prvi naslednji lep dan.

Lp

Stojan Koren