

NIP Šport 6.razred in 5.a

Prvo uro pri vadbi bomo razmigali svoje telo in teden začeli na zabaven in sproščen način.

Obleci se v športno opremo, pripravi vodo za pitje, poskrbi za nekaj prostora pred ekranom in prični s plesom.

Kjer nastopa več plesalcev si izberi enega in sledi njegovim gibom.

Med plesi imaš 3 minute odmora, ki so namenjene pitju vode in razteznim vajam.

<https://youtu.be/t29UjRbBasq>

<https://youtu.be/6rBFtCJ255whhttps://>

<https://youtu.be/r5UmXsPZd0Q>

<https://youtu.be/yw4jVjO64BU>

<https://youtu.be/6h5LioWoa4>

Če želiš, lahko določeno skladbo zaplešeš večkrat zaporedoma.

Želim ti veliko veselja in prijetno vadbo.

Učiteljica Mojca Sluga