Centar za odgoj i obrazovanje Čakovec šk.god. 2019/2020.

Predmet: **Tjelesna i zdravstvena kultura**

**Učitelj:** Vedran Vurušić

**Razred:**  OOS 13

**Nadnevak:** 30.3.2020.

**Nastavna tema:** vježbe za leđa

**1.**

**2.**

**3.**

**4.**

**5.**

****

**6.**

**7.**

**8.**

**9.**

**10. Relaksacija- otresi ruke i noge te duboko udahni 10x.**