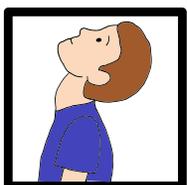


# Vježbe

1.



Digni glavu

2.



pa pusti glavu. Ponovi 10x

3.



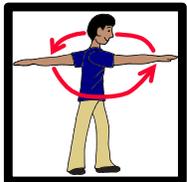
Ispruži desnu ruku preko glave

4.



pa ispruži lijevu ruku. Ponovi 10x

5.



Vrti rukama 10x

6.



Podigni se na prste 10x

7.



Lijevom rukom dodirni desno stopalo

8.



pa desnom rukom lijevo stopalo. Ponovi 10x

9.



Napravi 10 trbušnjaka.