ŠVZ-DELO NA DOMU - 19.10. - 23.10.2020

OBVEZNO IZPOLNITE!

PRIIMEK IN IME:

RAZRED:

Datum:

GDPR - VELJA KOT SOGLASJE ZA ZBIRANJE OSEBNIH PODATKOV V VPRAŠALNIKU DELO NA DOMU, KI JE PRED VAMI.

VSI PODATKI SE UPORABLJAJO IZKLJUČNO ZA POTREBE ŠVZ NA SICLj, PTUJSKA

OPIŠITE VAJE / AKTIVNOSTI KI STE JIH IZVAJALI

1. NALOGA

- ogrevanje, vaje za moč, sproščanje- **SKUPAJ VSAJ 8 RAZLIČNIH VAJ**;
- če tečete, hodite, kolesarite, rolkate, ali karkoli drugega vpišite v tabelo.

VAJA, KI SEM JO IZVAJAL/A	trajanje ali število ponovitev	VAJA, KI SEM JO IZVAJAL/A	trajanje ali število ponovitev