

# VADBA PO POSTAVAH

## 1. POSKOKI NA "ZVEZDO"



10 SEKUND POČITKA

20 SEKUND VAJE



## 2. SKLECI



10 SEKUND POČITKA

20 SEKUND VAJE



## 3. TREBUŠNJAKI



10 SEKUND POČITKA

20 SEKUND VAJE



## 4. HOJA PO VSEH ŠTIRIH S ČIMBOLJ STEGNJENIMI NOGAMI



10 SEKUND POČITKA

20 SEKUND VAJE



## 5. VISOKI SKIP NA MESTU



10 SEKUND POČITKA

20 SEKUND VAJE



## 6. TEK NA MESTU



10 SEKUND POČITKA

20 SEKUND VAJE

