

## **ŠPO:** Ponavljanje (preval naprej in stoja na lopaticah)

Danes (in tudi čez vikend) imaš idealno priložnost, da se še izboljšaš v izvajanju prevala in stoje na lopaticah.

Pripravi si blazino. Natančno si oglej posnetka na spodnjih povezavah in se čim bolj potrudi pri izvedbi.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ncca3A8dBIY>

<https://www.youtube.com/watch?v=nUFf5n8DzD0>

Za konec pa še malo sprostitve.

<https://www.youtube.com/watch?v=388Q44ReOWE>

Sedaj pa se pojdi sončit na balkon.

