Ukoliko možete, odradite. Uživajte!

UVODNI DIO SATA:

Zagrij se uz Trolove

[**https://www.youtube.com/watch?v=KhfkYzUwYFk**](https://www.youtube.com/watch?v=KhfkYzUwYFk)

PRIPREMNI DIO SATA:

Pripremne vježbe bez pomagala

[**https://www.youtube.com/watch?v=L\_A\_HjHZxfI&feature=emb\_logo**](https://www.youtube.com/watch?v=L_A_HjHZxfI&feature=emb_logo)

**GLAVNI DIO SATA:**

Ritmično povezivanje jednonožnih i sunožnih skokova;

<https://www.youtube.com/watch?v=ymigWt5TOV8>

Elementarna igra s pomagalima;

<https://www.youtube.com/watch?v=yPyEZ-oJYcg>

Stoj penjanjem uz okomitu plohu

<https://www.youtube.com/watch?v=pm-TgrFbf10>

ZAVRŠNI DIO SATA:

Zapjevaj, zapleši, poigraj se, ako imaš s kim.

[**https://www.youtube.com/watch?v=03NkrM-e\_\_k**](https://www.youtube.com/watch?v=03NkrM-e__k)