

V ŽELIŠ BITI...

...HITREJŠI?...

...BOLJ VZDRŽLJIV?...

...BOLJ GIBLJIV?...

...SPRETNEJŠI?...

...IZBOLJŠAJ SE!

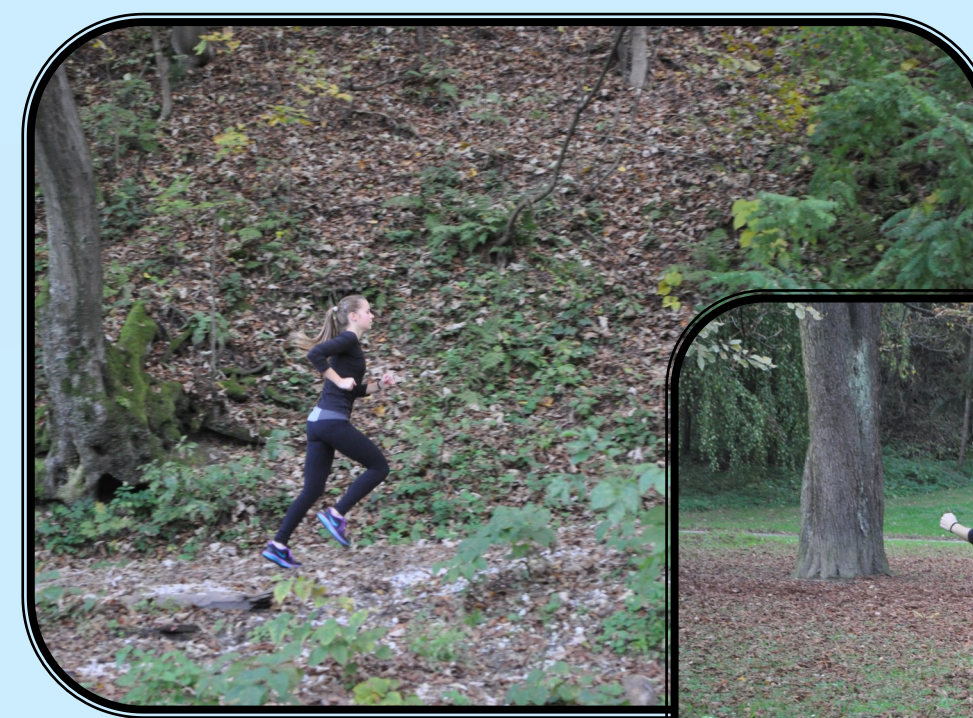
ŠVK



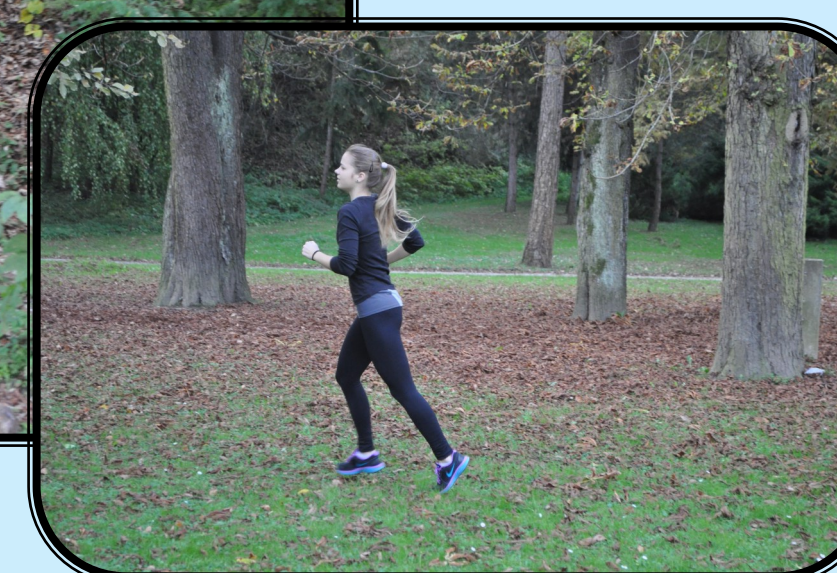
Kamikaze



Teki iz različnih startnih položajev



Tek v hrib



Tek v naravi



PREDKLON



Raztezanja



Dvigi nog v vesi



Škarjice

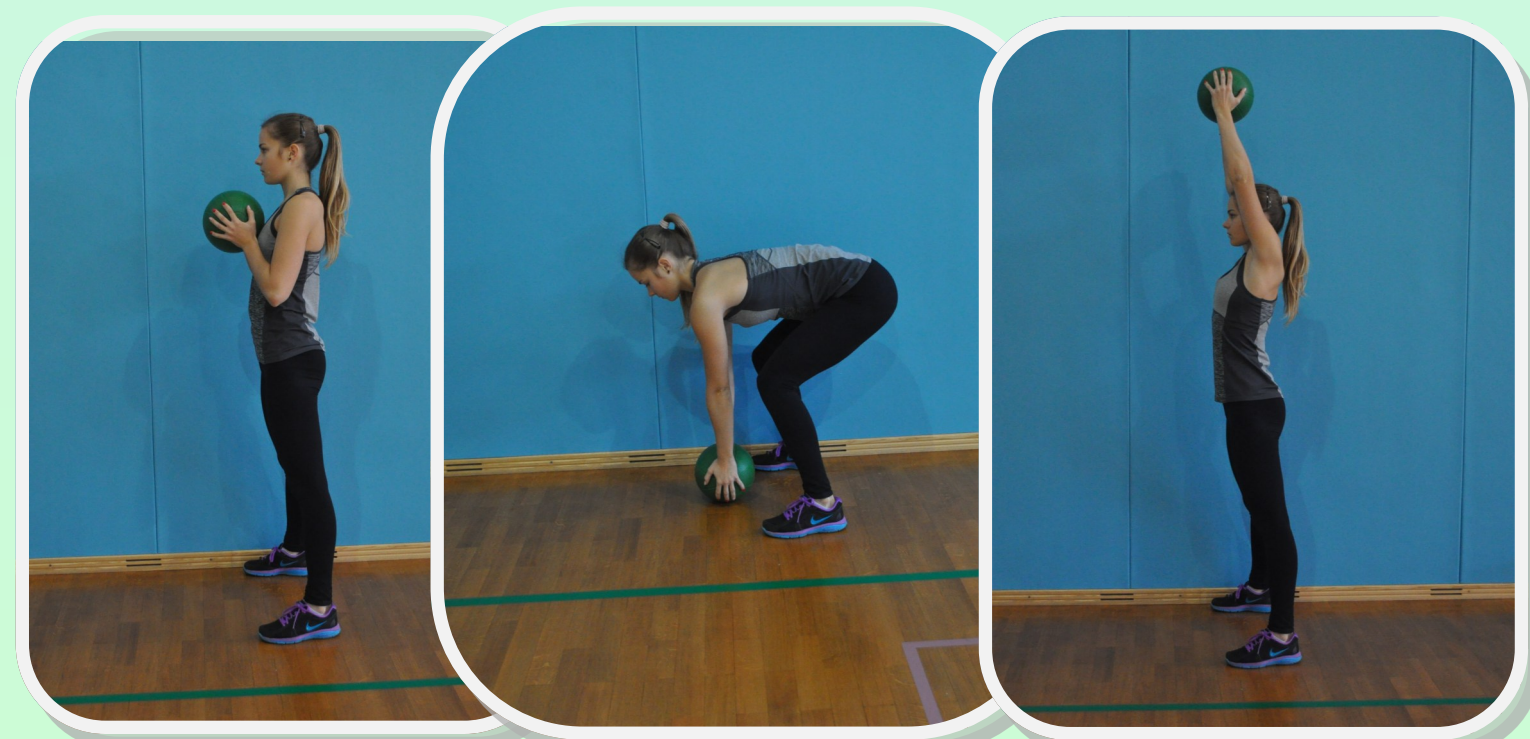


Zapiranje knjige



Izmenični dvigi trupa

VESA V ZGIBI



Poskoki s težko žogo



Plezanje



Planking



Sklece



Vzgibi v opori



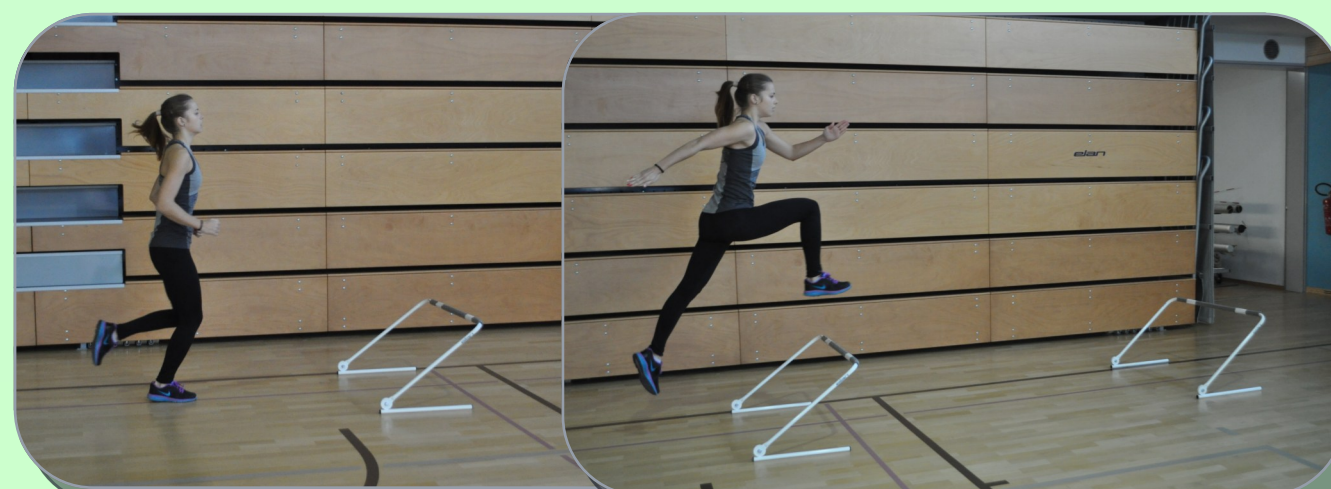
Poskoki z medicinko



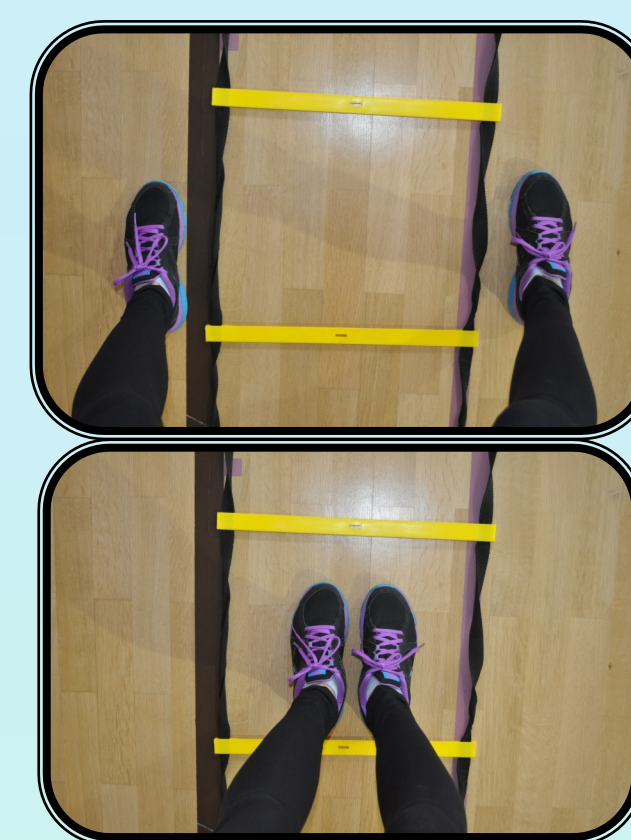
SKOK V DALJINO



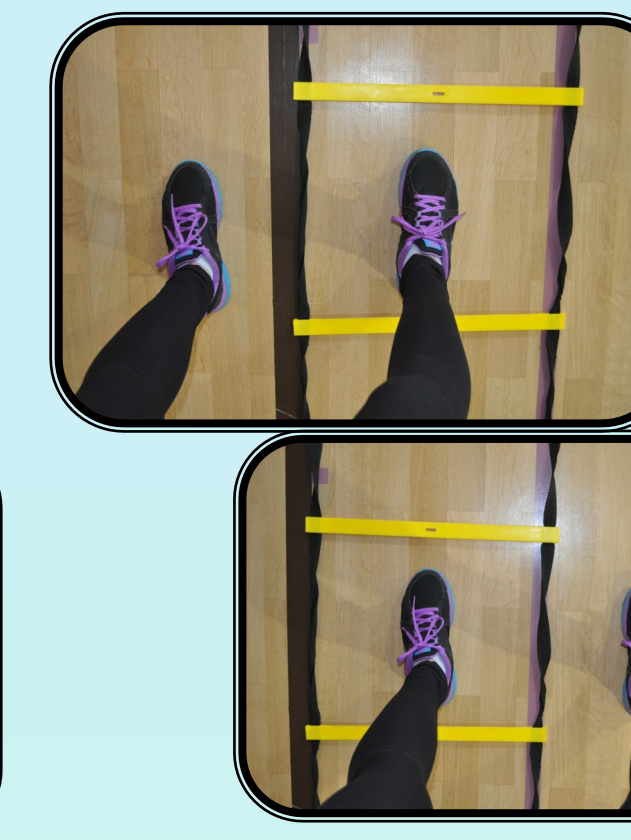
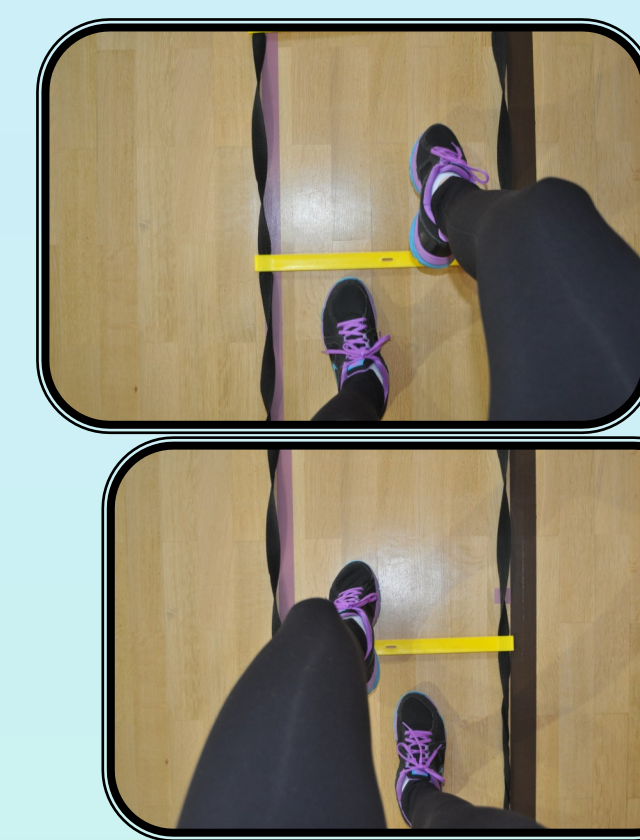
Vaje na klopi



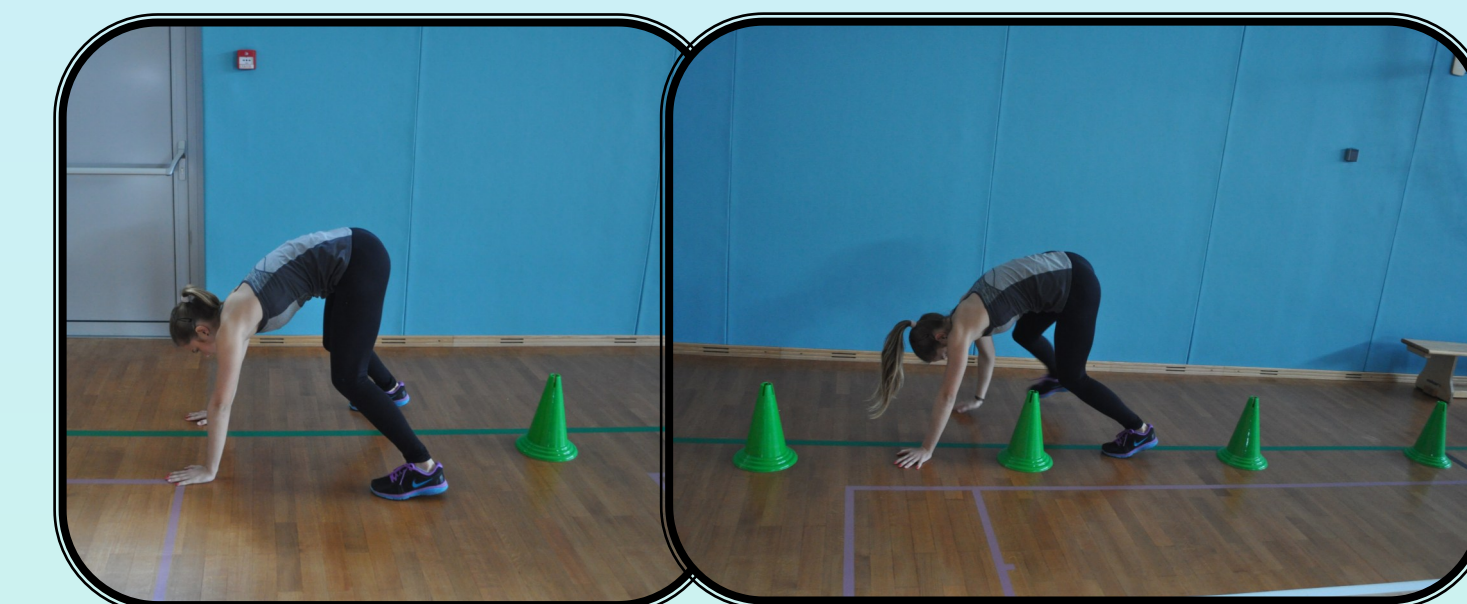
Tek preko ovir



Vaje s koordinacijsko lestvijo



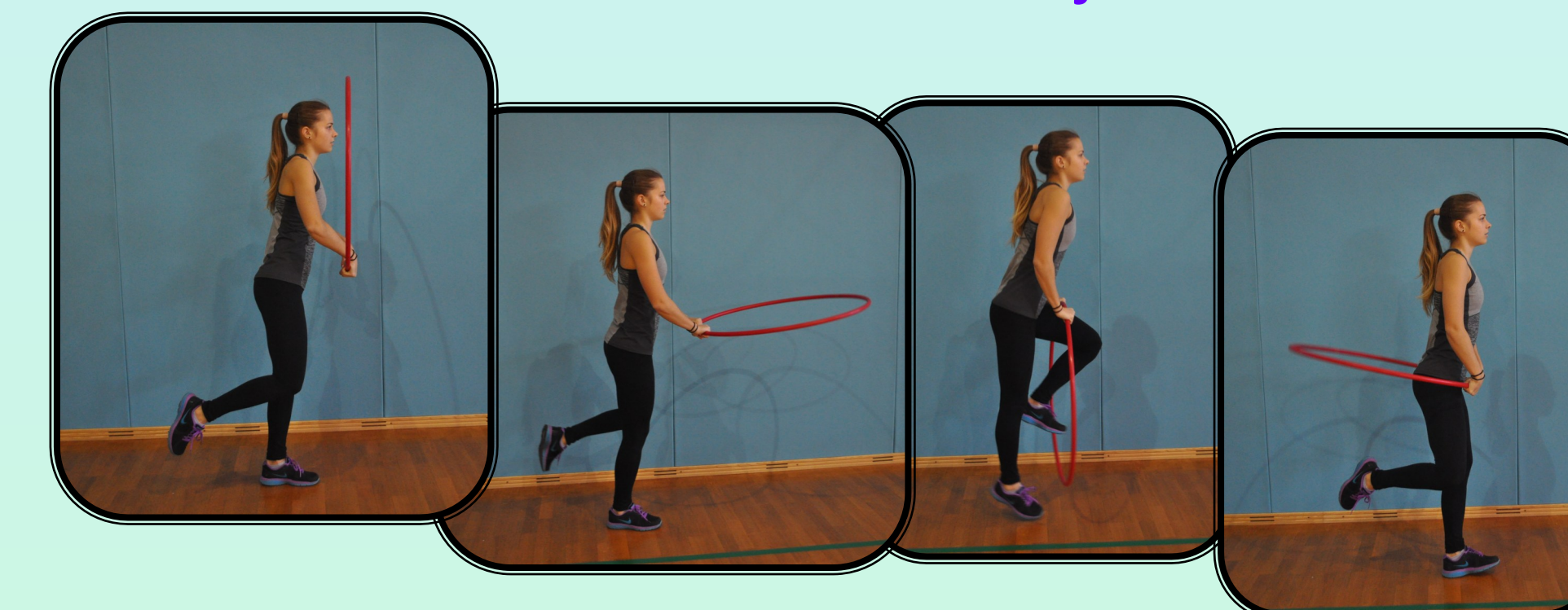
POLIGON NAZAJ



Lazenje med stožci



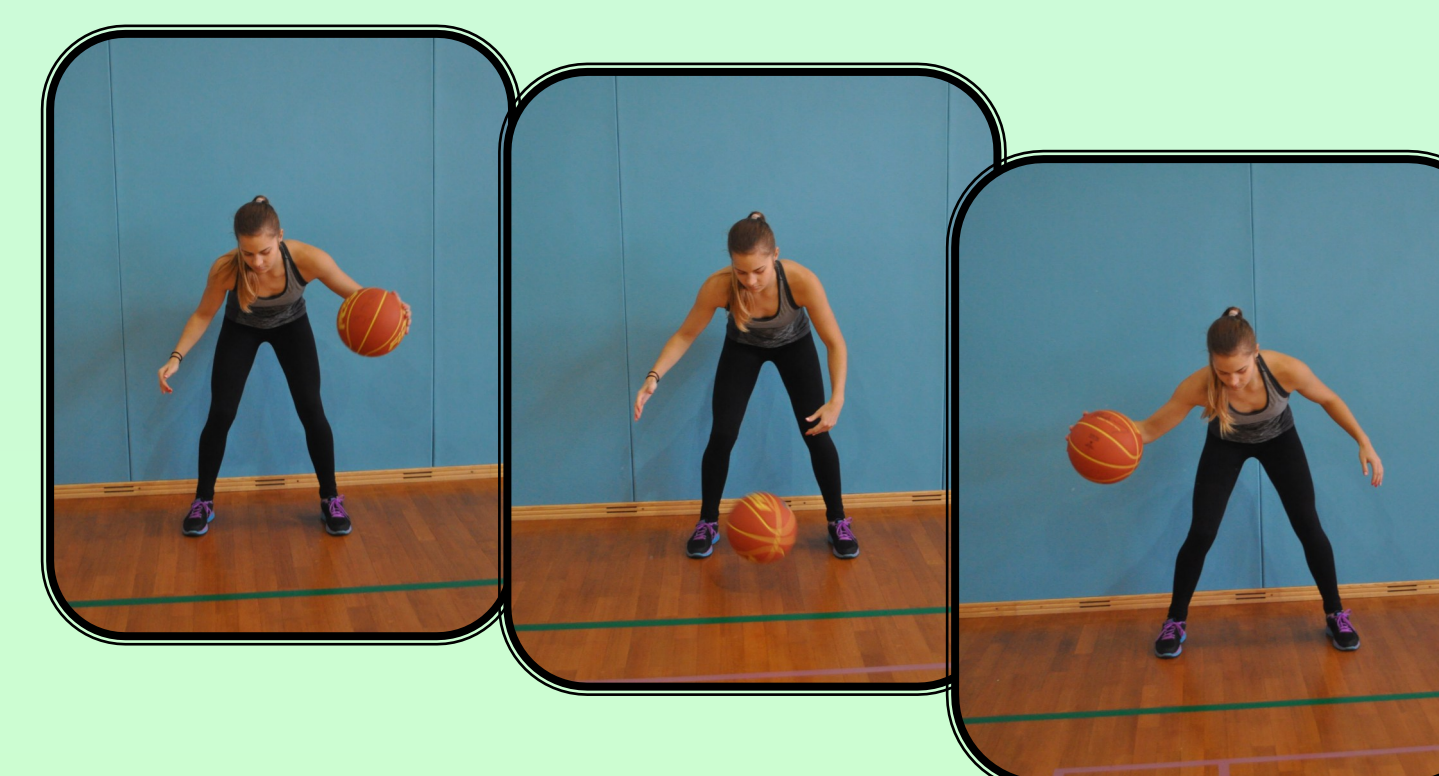
Preskakovanje obroča



Odbijanje žogice z loparjem



Izmenični meti žogic v steno



Vaje z žogo

