**ŠPORT, ČETRTEK, 26.3.2020**

UČNA TEMA: Tek na prostem



[This Photo](https://www.flickr.com/photos/bycp/5612802943) by Unknown Author is licensed under [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/)

Obleči si v toplo športno opremo in naredi vaje za ogrevanje. Potem primi mamo ali očeta za roko, obujte športne čevlje in pojdite v naravo, kjer je malo ljudi. Tam izmenično tečite in se sprehajajte (2 min teka, dve minuti hoje, tri minute teka, tri minute hoje,...)