Ukoliko možete, odradite. Uživajte!

UVODNI DIO SATA:

Zagrij se uz plesne korake

<https://www.youtube.com/watch?v=UP-ctUE4DHo>

PRIPREMNI DIO SATA:

Pripremne vježbe bez pomagala

<https://www.youtube.com/watch?v=jwfmeeZGSH8&t=1s>

**GLAVNI DIO SATA:**

Preskoci kratke vijače u kretanju

<https://www.youtube.com/watch?v=Gz6-tTBZ8cw>

Vijaču možeš preskakati i u kući, oslobodi si prostor i kreni!

Bacanje lakših lopti u zid na različite načine i hvatanje

<https://www.youtube.com/watch?v=TX2Xvace6Fg>

Dodavanje i zaustavljanje lopte unutarnjom stranom stopala (N)

<https://www.youtube.com/watch?v=KWS8NiTDoPY>

ZAVRŠNI DIO SATA:

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

<https://www.youtube.com/watch?v=9GF3Ma-EkRU>