

<b>A</b>	NAREDI 10 POSKOKOV.
<b>C</b>	10-KRAT TECI OKROG SVOJEGA STOLA.
<b>D</b>	KORAKAJ NA MESTU IN ŠTEJ DO 20.
<b>F</b>	Z LEVO NOGO 8-KRAT ZAMAHNI ČIM VIŠE.
<b>H</b>	KROŽI Z OBEMA ROKAMA NAZAJ (10-KRAT).
<b>J</b>	SEDI Z IZTEGNJENIMI NOGAMI IN SE 8-KRAT DOTAKNI PRSTOV NA NOGI.
<b>L</b>	Z ROKAMA SE OPRI OB KLOP IN TEČI NA MESTU.
<b>N</b>	NA TLA POLOŽI SVINČNIK IN GA 12-KRAT PRESKOČI.
<b>P</b>	8-KRAT SE PRIKLONI IN SE VSAKIČ DOTAKNI PRSTOV NA NOGAH.

<b>B</b>	SPLAZI SE 3-KRAT POD STOLOM.
<b>Č</b>	NAREDI SVEČO.
<b>E</b>	NAREDI 7 POČEPOV.
<b>G</b>	Z DESNO NOGO 8-KRAT ZAMAHNI ČIM VIŠE.
<b>I</b>	KROŽI Z OBEMA ROKAMA NAPREJ (10-KRAT).
<b>K</b>	PRETEGNI SE KOT MAČKA.
<b>M</b>	USEDI SE NA TLA IN VOZI KOLO. PRI TEM ŠTEJ DO 10.
<b>O</b>	NAREDI 6 ŽABJIH POSKOKOV.
<b>R</b>	ZAVRTI SE 6-KRAT OKROG SVOJE OSI.

<b>S</b>	NAREDI LASTOVKO NA LEVI NOGI IN ŠTEJ DO 10.
<b>T</b>	USEDI SE PO TURŠKO. VSTANI BREZ POMOČI ROK.
<b>V</b>	DVIGNI ROKI NAD GLAVO IN STOPI NA PRSTE. PONOVI 10-KRAT.
<b>Ž</b>	ZAPRI OČI IN STOJ NA DESNI NOGI. ŠTEJ DO 10.

<b>Š</b>	NAREDI LASTOVKO NA DESNI NOGI IN ŠTEJ DO 10.
<b>U</b>	STOPI NA PRSTE IN ŠTEJ DO 10.
<b>Z</b>	ZAPRI OČI IN STOJ NA LEVI NOGI. ŠTEJ DO 10.



VSAK DAN  
TELOVADIM.