

# JOGA

VELIKO VAJ PRI JOGI POSNEMA NARAVNO GIBANJE ŽIVALI.

VAJE SO ENOSTAVNE, PA KLJUB TEMU SE TELO DOBRO RAZTEGNE.

POIZKUSI TUDI TI!

UČITELJICA VERONIKA



**10 MINUT JOGE**

**Vsak položaj obdrži za 30 sekund. Ponovi večkrat na dan.**