

KUĆNE VJEŽBE

Radi vježbe svaki dan!!!



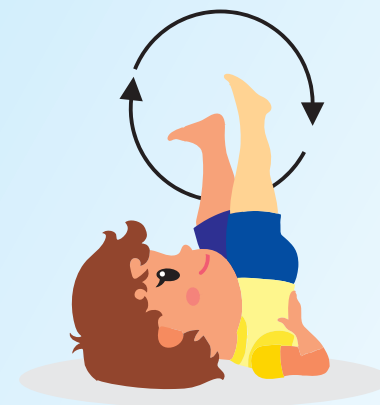
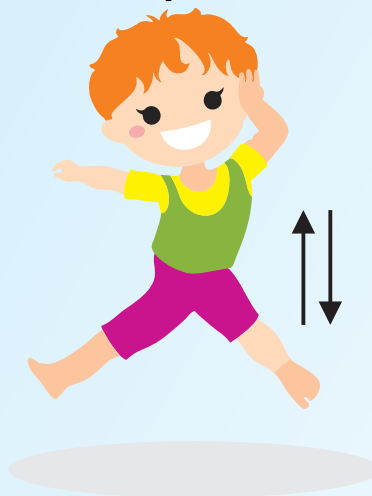
Isteži se
5 minuta
na svaku stranu

Radi čučnjeve
5 minuta
gore-dolje



Napravi most
digni se i spusti
10 puta

Skok iz čučnja
10 puta



Vozi biciklo
na leđima
5 minuta

Banka za sve što
vam je važno.

