



**POHOD** (Golovec,  
Šmarna gora, Rašica,  
Krim, Rožnik...)

**100 TOČK**



**FARTLEK ALI TEK**  
(20 minut)  
**70 TOČK**



**TREBUŠNJAKI**  
(50 na dan)  
**50 TOČK**



**VAJE V TEAMSIH**

**50 TOČK**



**KOLESARJENJE**  
(30 minut)  
**50 TOČK**



**POSPRAVLJANJE  
SOBE**

**20 TOČK**



**SPREHODI**

**30 TOČK**



**IGRE Z LOPARJI**  
(30 minut)

**40 TOČK**



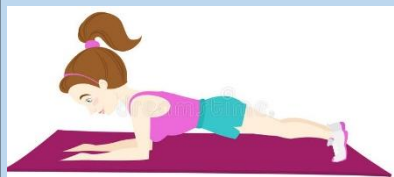
**POMOČ PRI KUHANJU**

**30 TOČK**



**DESKA (plank)**  
(3 x 1 minuta na dan)

**50 TOČK**



**PRESKAKOVANJE  
KOLEBNICE**  
(100 poskokov na dan)

**100 TOČK**



**POČEPI IN SKLECE**  
(40 počepov in 30 sklec na dan)

**40 TOČK**

