

# ŠKOLKA PŘES ŠVIHADLO

**10 KRÁT** ŠVIHADLO PŘESKOČ SNOŽMO (NOHY U SEBE)



**9 KRÁT** ŠVIHADLO PŘESKOČ JAKO KONÍČEK



**8 KRÁT** ŠVIHADLO PŘESKOČ PO PRAVÉ NOZE



**7 KRÁT** ŠVIHADLO PŘESKOČ PO LEVÉ NOZE



## 6 KRÁT ŠVIHADLO PŘESKOČ SE ZKŘÍŽENÝMA NOHAMA



## 5 KRÁT ŠVIHADLO PŘESKOČ POZADU SNOŽMO (NOHY U SEBE)



## 4 KRÁT OBĚ RUKOJETĚ VEZMI DO JEDNÉ RUKY, TOČ POD NOHAMA SNOŽMO – PŘESKOČ



## 3 KRÁT ŠVIHADLO PROVLÉKNI POD ŠPIČKAMI A POD PATAMI PUSŤ



## 2 KRÁT ŠVIHADLO PŘESKOČ POZADU JAKO KONÍČEK



## 1 KRÁT VAJÍČKO

