

4.

Zahřívací aktivita „Jízda na koni“

První cvičenec je kůň a druhý je jezdec.
Jezdec drží švihadlo/ručník, které má kůň
kolem pasu. Kam běží kůň, tam běží jezdec.

**V průběhu aktivity se
vyměňte, ale není to nutné.**

Jak dlouho?

Přibližně 2–3 minuty.

Počet cvičenců: 2.

*Pokud budou 3 cvičenci, tak budou dva jezdci, kteří jednou rukou budou držet
švihadlo/ručník a druhou se chytí za ruce.*

