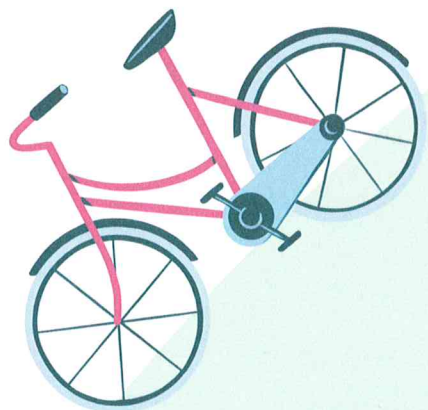


## NA KOLE

AŽ JE STŘEDA, NEBO PÁTEK,  
OPŘEME SE DO ŠLAPÁTEK.  
DO KOPCE I Z KOPEČKA  
OTÁČÍ SE KOLEČKA.

- Lehni si na záda a šlapej nohama,
- jako když jedeš na kole.



## ZÁVORA

NA STRAŽ UŠI, SLYŠÍŠ VLAK?  
JE TO RYCHLÍK, OSOBÁK?  
ZÁVORU TEĎ DOLŮ STÁHNI,  
NA PALCE SI PŘI TOM SÁHNI.

- Zvedni ruce nahoru a s napnutýma
- nohama se předkloň. Pokus se
- rukama dotknout palců u nohou.
- Pokud to nejde, nohy pokrč.

