

# Za sprostitiv in navdih

Povezave do zanimivih strani:

Sprehod po virtualnih muzejih, arhivih, knjižnicah

<https://artsandculture.google.com/partner?hl=en> ( če vam strani ne odpre, kopirajte in vnesite v brskalnik)

<https://artsandculture.google.com/project/street-view?hl=en>

<http://mcn.edu/a-guide-to-virtual-museum-resources/>

Vaje za hrbtenico:

[VAJE ZA HRBTENICO 1.docx](#)

Vaje za koncentracijo in pozornost:

[http://www.cresnjevec.si/files/2011/07/vaje\\_za\\_koncentracijo\\_let02013.pdf](http://www.cresnjevec.si/files/2011/07/vaje_za_koncentracijo_let02013.pdf)

Antivirus tehnika dihanja, dr. Milan Hosta

<https://www.youtube.com/watch?v=kFQO8P-Pws8>

Dihalne vaje za sprostitiv:

<https://www.youtube.com/watch?v=0Z5Rko266os>

Opazovanje telesa za otroke:

[https://www.youtube.com/watch?v=56\\_8aK3cLEA](https://www.youtube.com/watch?v=56_8aK3cLEA)

Zvoki narave za sprostitiv:

<https://www.youtube.com/watch?v=qFZKK7K52uQ>

Klavirska glasba iz Disneyevih risank:

<https://www.youtube.com/watch?v=l7Dvd3nwdaw>

Pilates:

<https://onaplustelo.si/video-pilates-vaje-za-boljso-drzo-brez-bolecin-z-melito-beljan>

e knjige:

[Biblos](#)

[e-Emka](#)