TZK 26.3.2020. – 1 sat

S obzirom na višestruku potrebu opuštanja nakon višestrukih stresova ovih dana, preporučam ponoviti ovotjedne sadržaje TZK ili vježbati uz Školu na trećem.

Osim ovog, cilj je ne zaboraviti izvoditi kontinuiranu tjelesnu aktivnost.