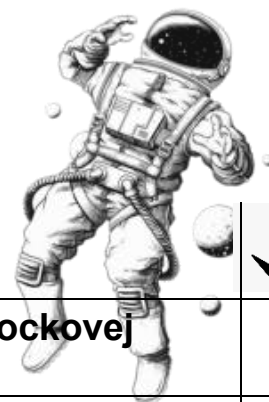


# ASTRONAUTSKÝ VÝCVIK



Čas	Aktivita	Popis	✓
8:00	Rozcvička	400 krokov v ockových topánkach a ockovej bunde	
9:00	Podcast	Vypočuj si príbeh o slovenskej astronautke Miške Musilovej-> <a href="http://narnia.molnarova.online/vesmirny_pribeh/">http://narnia.molnarova.online/vesmirny_pribeh/</a>	
10:00 - 12:00	Štúdium	Priprav si zoznam, ktorým školským povinnostiam sa chceš dnes venovať, začni tým čo máš rád	
12:00	Obed	Poupratovať, podkladať všetok riad po obede. Na stole nesmie ostať žiadna omrvinka!!! pozametaj aj poumývaj podlahu v jedálni	
14:00	Siesta	Nasledujúcu hodinu strávi vo vyznačenom priestore 1x2m a z tohto priestoru si zavolaj s kamarátom z družiny	
16:00	Tajná misia	Vyjdí von v skafandri (môže Ti byť vidno len oči) a nájdí čo najviac vecí zo zoznamu <a href="https://www.pipasik.cz/wp-content/uploads/2017/11/F_stahni-si-pdf-architektura1-1.pdf">https://www.pipasik.cz/wp-content/uploads/2017/11/F_stahni-si-pdf-architektura1-1.pdf</a>	
18:00	Pozorovanie z rakety	Vytvor fotku z tvojej rakety v svojom skafandri (selfie). Na instagrame nášho zboru, Ťa čaká <a href="#">livestream</a> .	
20:00	Hygiena	Osprchuj sa za menej ako 3 min a poriadne si vyvetraj izbu	
	Záver	Na záver dňa Ti odporúčame tieto filmy <a href="#">Mart'an</a> <a href="#">Skryté čísla</a> NEPONOCUJ, správny astronaut dbá na dostatok spánku	

