

ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ

дооп «Аэробика»

Педагог д/о: Хахалкина Н.П.

ФИО

Группа/ время занятий по расписанию	Понедельник 14.02.22	Вторник. 15.02.22	Среда 16.02.22	Четверг 17.02.22	Пятница 18.02.22	Суббота 19.02.22
4а		ТЕМА: Силовые упражнения на пресс, спину косые мышцы. Растяжка.				
5а	ТЕМА: Силовые упражнения. Отработка базовых движений из спортивной комбинации.		ТЕМА: Силовые упражнения. Отработка партера из спортивной комбинации.	-		