Задания по физической культуре

5-А ,Бкл. Дудка С.В.

19.04.21.

​Эффективные упражнения для пресса

<https://www.youtube.com/watch?v=uh0tDy_njto>

20.04.21.

Функциональная тренировка.

<https://www.youtube.com/watch?v=rR2CBAQeHPY>

22.04.21.

тренировка на все тело

<https://www.youtube.com/watch?v=vVzPbZ9Jx_A>