Задания по физической культуре

6-А ,Бкл. Дудка С.В.

19.04.21.

​Эффективные упражнения для пресса

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

 22.04.21.

Функциональная тренировка.

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

 23.04.21.

 Тренировка на все тело

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