

Среда 25.03.2020г.

гр.№2 – 1) Составить комплекс общих развивающих упражнений (О.Р.У.) для развития силы. В виде конспекта.

2) Практическое задание. Видео задание: Наталья Папуша - You Tube «Пилатес для начинающих урок№2» <https://m.youtube.com/playlist?list=PLdgpR42-vgRRpSDYBfsvwctt4QCjFGvh5>

Отчёт о проделанной работе предоставить в период с 25.03.2020г. по 26.03.2020г., по адресу в контакте: <https://m.vk.com/feed#post32902208>