04.04.2022

<https://meet.google.com/atg-vtqx-jtu>

вихід о 10.00

<https://www.youtube.com/watch?v=k8Y6xuBpR9Q>

Тема: ЗФП.

1.Комплекс ЗРВ на спритність

<https://www.youtube.com/watch?v=94_tdxiFTlQ>

2.Згинання та розгинання рук в упорі.