Задание на 24.04.2020

Письменно ответить на вопрос:

1. Отжимания 3 подхода по 20 раз
2. Пресс 3 подхода по 20 раз
3. Приседание 3 подхода по 10 раз

Ответить на вопрос: Каково содержание индивидуальных закаливающих процедур? Особенности их проведения

Задания и вопросы направлять по Viber 89131792109