Задание на 07.05.2020

Выполнить ОФП как на занятиях. Три круга.

Письменно ответить на вопросы:

1. Что понимается под физическим качеством гибкость? Как развивать?

Задания отправлять по Viber 89131792109

Подписывать группу и ФИ