Задание на 03.06.2020

1. Бег 1000м. Развитие физического качества выносливость, ОФП, подготовка к зачету

2. Прыжки через скакалку 3х100 раз, отжимания 3х10 раз, пресс 3х20 раз

Отписаться о выполнении.

Задания отправлять по Viber 89131792109

или

goupu81@mail.ru

Подписывать группу и ФИ