Задание на 09.04.2020

Группа 2-8 БФ

Задачи и организация самостоятельных занятий по общефизической подготовке. Какие используют упражнения, как их распределяют, и какая должна быть нагрузка в подготовительной, основной и заключительной частях занятий?

Отправлять на вибер по тел. 89131792109