

Дата проведения занятия	Тема занятия	Материал к занятию
1.11.2021	Разминка, растяжка.	https://www.youtube.com/watch?v=s-GFwosIS84
3.11.2021	Упражнение на пресс и спину.	https://www.youtube.com/watch?v=ea3r9ge1WjY
5.11.2021	Разминка, растяжка, статика.	https://www.youtube.com/watch?v=qLNVqPHbvUA