

<b>Дата проведения занятия</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Материал к занятию</b>
30.10.2021	Функционал.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=8ZVROUwxaOg">https://www.youtube.com/watch?v=8ZVROUwxaOg</a>
2.11.2021	Разминка, растяжка, степы.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=oph-1N7IQdY">https://www.youtube.com/watch?v=oph-1N7IQdY</a>
6.11.2021	Упражнения на растяжку ног.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=cyg0WJEhHdk">https://www.youtube.com/watch?v=cyg0WJEhHdk</a>