

<b>Дата проведения занятия</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Материал к занятию</b>
16.12.2021	Упражнения для развития гибкости.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=zDNbbGHUpo0">https://www.youtube.com/watch?v=zDNbbGHUpo0</a>
18.012.2021	Подводящие упражнения прямого удара рукой в движении.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ajvcYDmrvZU">https://www.youtube.com/watch?v=ajvcYDmrvZU</a>
21.12.2021	Базовые махи ногами 1.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=uFJMxRX5Tx4">https://www.youtube.com/watch?v=uFJMxRX5Tx4</a>