

<b>Дата проведения занятия</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Материал к занятию</b>
27.01.2022	Упражнения для развития гибкости.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=zDNbbGHUpo0">https://www.youtube.com/watch?v=zDNbbGHUpo0</a>
29.01.2022	Степы.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=NmsYZnO_GYo">https://www.youtube.com/watch?v=NmsYZnO_GYo</a>
01.02.2022	Подводящие упражнения прямого удара рукой в движении.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ajvcYDmrVZU">https://www.youtube.com/watch?v=ajvcYDmrVZU</a>
03.02.2022	Базовые махи ногами 1.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=uFJMxRX5Tx4">https://www.youtube.com/watch?v=uFJMxRX5Tx4</a>