

Волейбол, дистанционное обучение

| дата | тема | материал |
|------------|------------------------------|---|
| 04.02.2022 | Разминка (растяжка) | https://www.youtube.com/watch?v=3u2PGFt0evo |
| 05.02.2022 | Физподготовка | https://www.youtube.com/watch?v=PI-UadmWmJ0 |
| 07.02.2022 | Совершенствование приема | https://www.youtube.com/watch?v=2yz9LRgi4_o |
| 08.02.2022 | Совершенствование нап. удара | https://www.youtube.com/watch?v=-Gdops23Bw8 |