

Урок №50 (15.01.2024-19.01.2024)

Тема уроку: Стійка на лопатках

1. Комплекс ЗРВ: <https://www.youtube.com/watch?v=JVA6Xm5mPio>
2. Переглянути відео:
https://www.youtube.com/watch?v=zfT9byLBn74&list=PLjfQvWdNDfv2EH-_dIN6hJIDBMDNU1L8g&index=7