

Урок №34

Тема уроку: Вправи на гнучкість

1. Виконуємо комплекс вправ:

https://www.youtube.com/watch?v=r8sh_u7OsKQ

2. Переглянути відео:

<https://www.youtube.com/watch?v=S6DPiUVkn30>