План самостоятельной работы

групп ТЭ – 2 (1 и 2) отделения «Футбол» тренер Петров А.А. на 19.05.2020 г.

	ЗАДАНИЯ	Пояснения
	Физическая подготовка	
1	Комплекс упражнений (выполнить первые 2 серии) https://www.youtube.com/watch?v=U_6u1OSwr7U	Соблюдать рекомендации в описании

План самостоятельной работы

группы ТЭ – 4 отделения «Футбол» тренер Петров А.А. на 19.05.2020 г.

	ЗАДАНИЯ	Пояснения
	Физическая подготовка	
1	Комплекс упражнений https://www.youtube.com/watch?v=U_6u1OSwr7U	Соблюдать рекомендации в описании