25.04.2020

Группа НП плавание

Преподаватель- Даникер В.В.

Задание:

Посмотреть видео и выполнить разминку:

https://www.youtube.com/watch?v=PTIki6OSpI8

Выполнить упражнения:

https://www.youtube.com/watch?v=VK1FzZGpX2g

Изучить технику поворота маятником:

https://www.youtube.com/watch?v=B_6yYNCFSn0