Сообщение на тему «Мой первый спортивный кумир» 2-5 класс

Доклад на тему «Мои спортивные увлечения» 4-5 класс

Ежедневные выполнения разминки и растяжки!

ОФП

ОТЖИМАНИЯ/приседания/пресс

20/20/20

На неделю

1Б

2В

3Б

4В

5А

5В