27.04.2020 по 2.05.2020

<https://youtu.be/KbUpOXHRtkw>

Тренировка на развитие реакции (пон,среда,пятница)

<https://youtu.be/vb3FJYHgUZA>

ОФП в домашних условиях (вторник ,четверг ,суббота)