

Отчёт о дистанционном обучении тренера-преподавателя Козыревой Н.В.



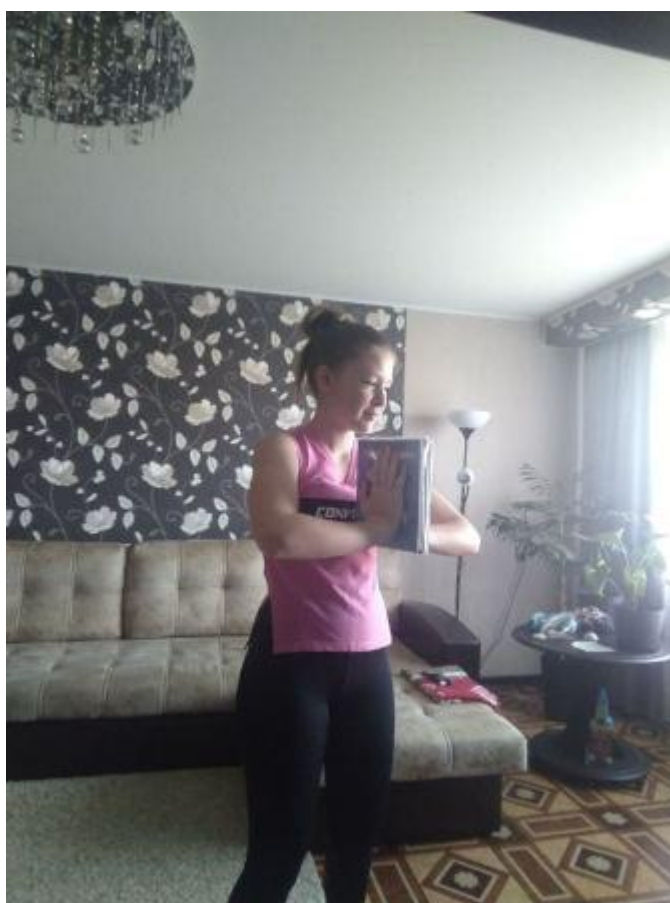
Упражнение уголок



Упражнение для мышц спины



Упражнение для кистей рук



Упражнение на развитие бицепса



Синхрoгимнастика