

Отчёт о дистанционном обучении тренера-преподавателя А.А.Садыкова



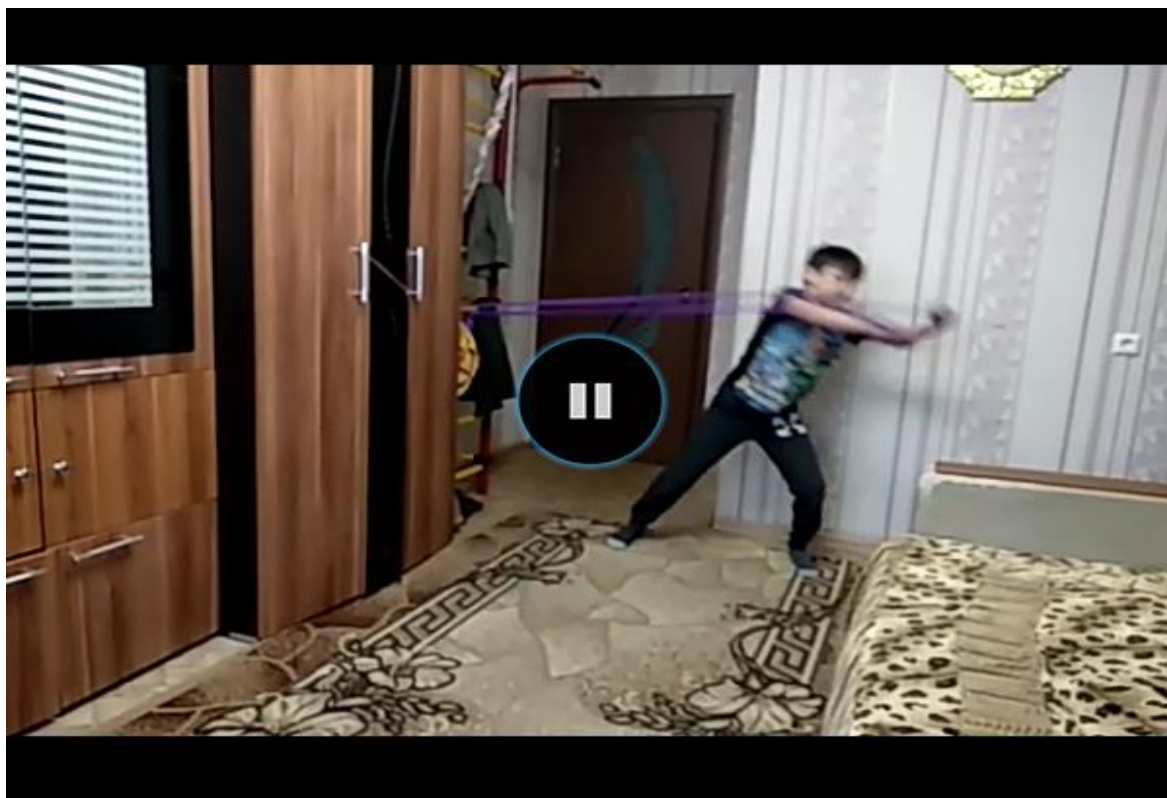
приседания с партнером на спине



приседания с партнером на спине



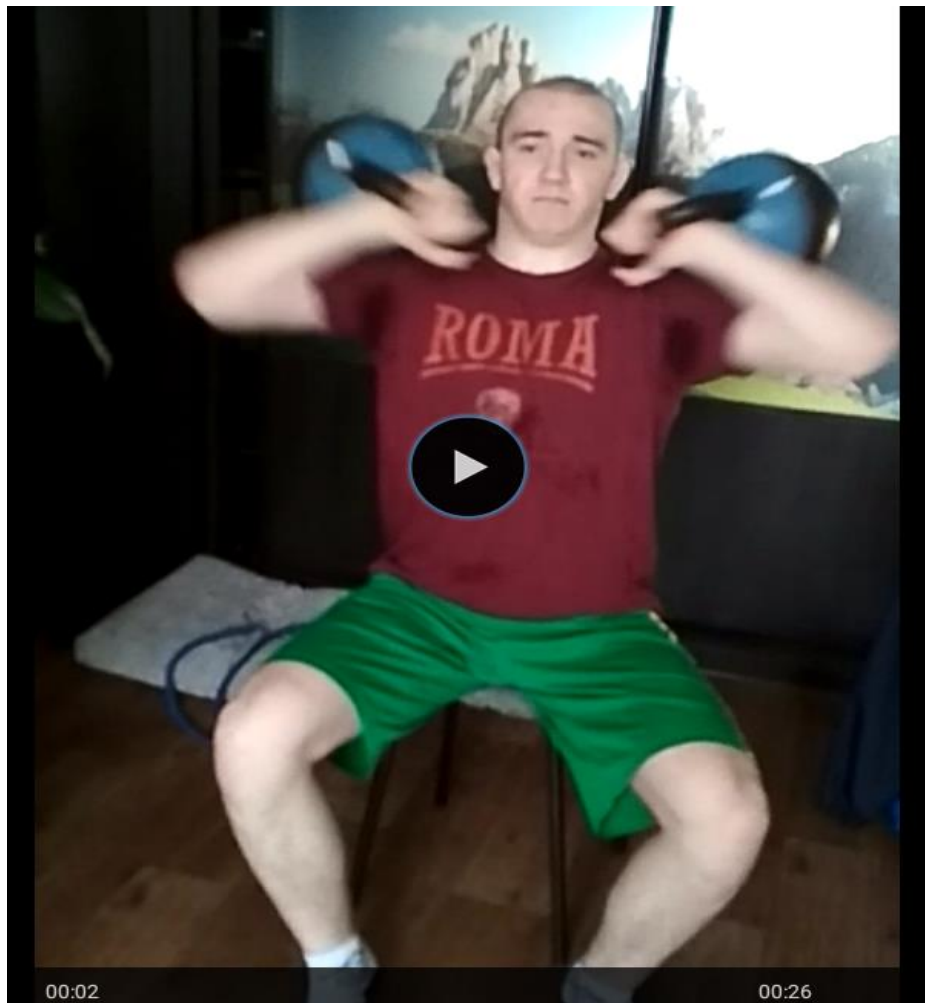
работа с резиновым жгутом



работа с резиновым жгутом



работа с гантелями



работа с гирями



подтягивания с отягощением



отжимания с отягощением



прыжки на скакалке



броски самодельного манекена