

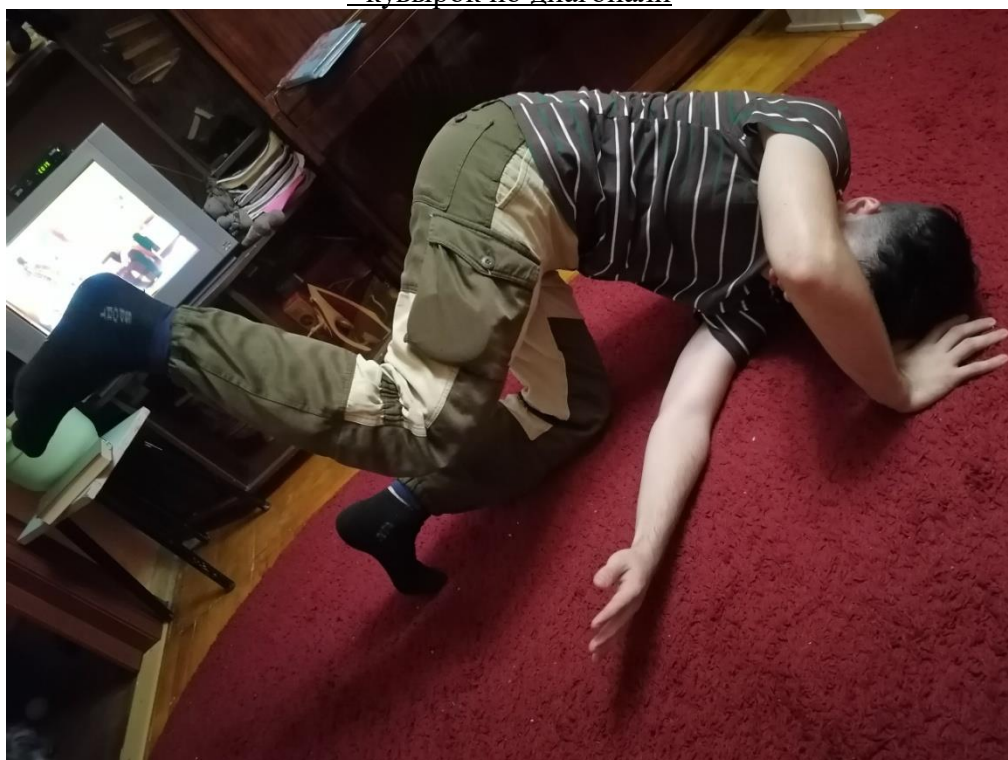
Отчет о дистанционном обучении тренера-преподавателя военно-спортивного клуба
В. А. Ячmeneва

Упражнения по отработке «нижней акробатики»

-кувырок с разворотом назад



- кувyрок по диагонали



- кувырок вперед



- рамка



-упражнение «звезда»



- боковая стойка (и перемещения в ней)



- упражнение «крокодил»

