

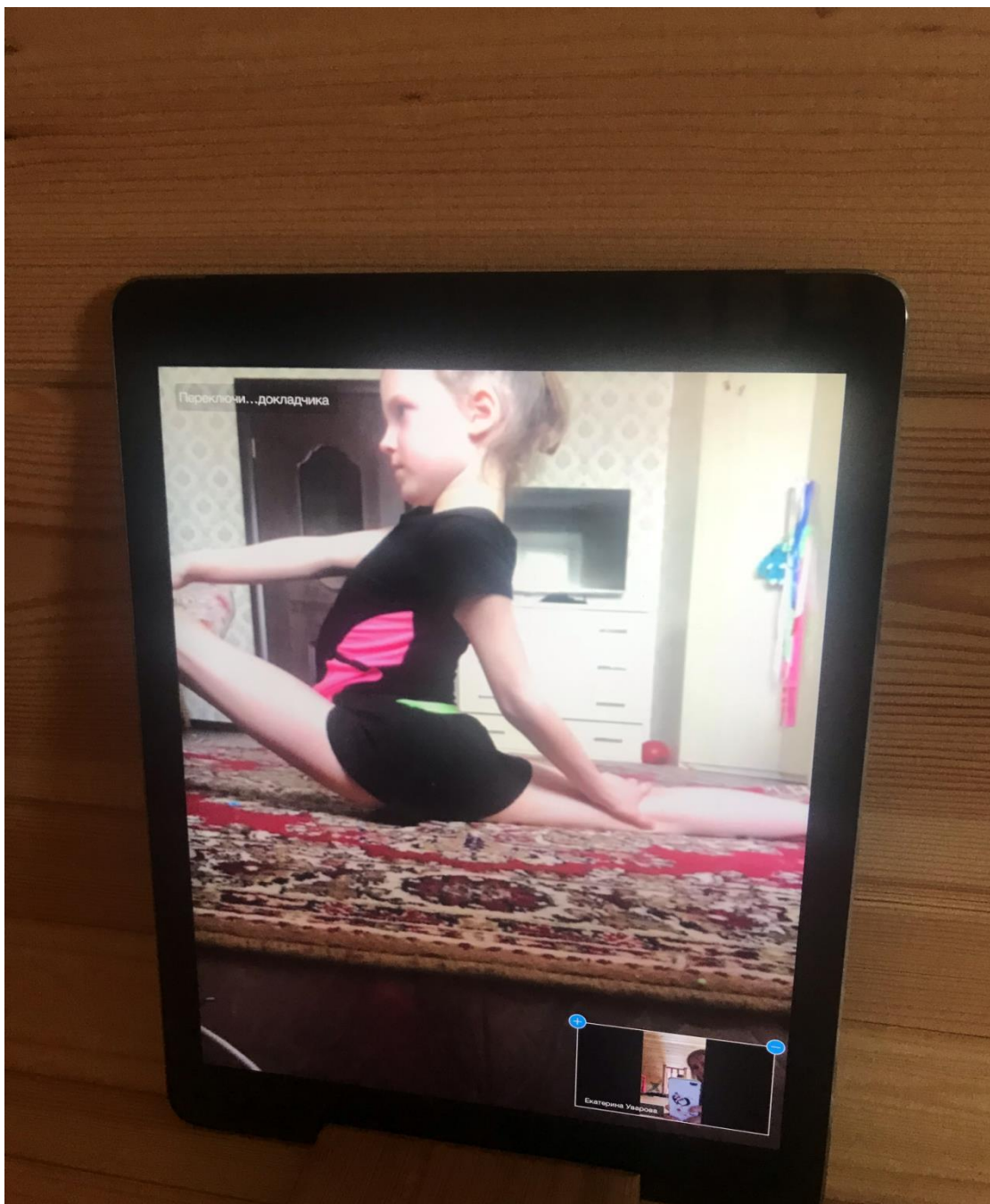
Отчёт о дистанционном обучении тренера-преподавателя Е.В. Уваровой



Растяжка с возвышения на заднее бедро



Растяжка в поперечных шпагат с двух опор



Растяжка с возвышения на левую ногу



Боковой наклон с помощью руки



Боковой наклон без помощи руки