

Время занятия с 14.30 – 16.00. Пн, Ср, Пт.

План тренировочного занятия 13.04.2020.(90мин)

1. Блок 1(15 мин)
2. Блок 2-2(20 мин)
3. Блок 3-2(25мин)
4. Блок 4-1,2,3,4,5(30мин)

План тренировочного занятия 15.04.2020.(90мин)

1. Блок 1(15 мин)
2. Блок 2-2(20 мин)
3. Блок 3-1(25мин)
4. Блок 4-6,7,8,9,10(30мин)

План тренировочного занятия 17.04.2020.(90мин)

1. Блок 1(15 мин)
2. Блок 2-2(20мин)
3. Блок 3-1(25мин)
4. Блок 5 (30мин)

План тренировочного занятия 20.04.2020.(90мин)

1. Блок 1(15 мин)
2. Блок 2-2(20 мин)
3. Блок 3-2(25мин)
4. Блок 4-1,2,3,4,5(30мин)

План тренировочного занятия 22.04.2020.(90мин)

1. Блок 1(15 мин)
2. Блок 2-2(20 мин)
3. Блок 3-1(25мин)
4. Блок 4-6,7,8,9,10(30мин)

План тренировочного занятия 24.04.2020.(90мин)

1. Блок 1(15 мин)
3. Блок 2-(20мин)
4. Блок 3-2(25мин)
5. Блок 6-(30мин)

План тренировочного занятия 27.04.2020.(90мин)

- 1.Блок 1(15 мин)
2. Блок 2-2(20 мин)
3. Блок 3-1(25мин)
4. Блок 4-1,2,3,4,5(30мин)

План тренировочного занятия 29.04.2020.(90мин)

1. Блок 1(15 мин)
2. Блок 2-2(20 мин)
3. Блок 3-2(25мин)
4. Блок 5-6,7,8,9,10(30мин)

Вся дополнительная информация по телефону или через Viber и WhatsApp