

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

План тренировочного занятия 02.05.2020.(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 04.05.2020.(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 06.05.2020.(90мин)

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

План тренировочного занятия 08.05.2020.(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 11.05.2020.(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 13.05.2020.(90мин)

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

План тренировочного занятия 15.05.2020.(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 18.05.2020.(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)

План тренировочного занятия 20.05.2020.(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 22.05.2020.(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 25.05.2020.(90мин)

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

План тренировочного занятия 27.05.2020.(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)

Вся дополнительная информация по телефону или через Viber и WhatsApp