

Максимова Елена Владимировна			
Плавание группа начальной подготовки			
	Время	содержание	Способ осуществления обратной связи
13.04	17.00 до 18.30	Кроль на груди Работа рук Изучение теоретических сведений по данной теме из интернета и имитационные упражнения Общефизическая подготовка. Упражнения на развитие выносливости с эспандером	Обратная связь и контроль по электронной почте makslen2015@yandex.ru
15.04	17.00 до 18.30	Кроль на груди Работа ног Изучение теоретических сведений по данной теме из интернета и имитационные упражнения Общефизическая подготовка. Упражнения на развитие выносливости с эспандером	Обратная связь и контроль по электронной почте makslen2015@yandex.ru
17.04.	17.00 до 18.30	Сочетание работы рук и ног при кроле на груди Изучение теоретических сведений по данной теме из интернета и имитационные упражнения Общефизическая подготовка. Упражнения на развитие выносливости с эспандером	Обратная связь и контроль по электронной почте makslen2015@yandex.ru
20.04	17.00 до 18.30	Сочетание работы рук и ног при кроле на груди Упражнение на дыхание Изучение теоретических сведений по данной теме из интернета и имитационные упражнения Общефизическая подготовка. Упражнения на развитие выносливости с эспандером	Обратная связь и контроль по электронной почте makslen2015@yandex.ru

22.04.	17.00 до 18.30	Сочетание работы рук и ног при кроле на груди Упражнение на дыхание Изучение теоретических сведений по данной теме из интернета и имитационные упражнения Общефизическая подготовка. Упражнения на развитие выносливости с эспандером	Обратная связь и контроль по электронной почте makslen2015@yandex.ru
24.04	17.00 до 18.30	Кроль на спине Работа рук.Звезда Изучение теоретических сведений по данной теме из интернета и имитационные упражнения Общефизическая подготовка. Упражнения на развитие выносливости с эспандером	Обратная связь и контроль по электронной почте makslen2015@yandex.ru
27.04	17.00 до 18.30	Кроль на спине Работа ног Звезда Изучение теоретических сведений по данной теме из интернета и имитационные упражнения Общефизическая подготовка. Упражнения на развитие выносливости с эспандером	Обратная связь и контроль по электронной почте makslen2015@yandex.ru
.29.04	17.00 до 18.30	Сочетание работы рук и ног при кроле на спине. Изучение теоретических сведений по данной теме из интернета и имитационные упражнения Общефизическая подготовка. Упражнения на развитие выносливости с эспандером	Обратная связь и контроль по электронной почте makslen2015@yandex.ru