**Расписание занятий д.о. «Фитнес-аэробика» (рук. Кучеренко О.А.)**

**с 15.11 по 21.11.2021г.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Время | Способ | Тема занятия | Ресурс |
| 16.11.2021 | 18.55 – 20.00 |  | Тренировка на пресс в домашних условиях | <https://www.youtube.com/watch?v=OT9yrJOX-A0> |
| 18.11.2021 | 18.55 – 20.00 |  | Тренировка на пресс в домашних условиях | <https://www.youtube.com/watch?v=OT9yrJOX-A0> |