

Атлетическая гимнастика. Развитие мышц брюшного пресса

Ющенко А.С.

Физическая культура

Упражнения, гантели, тренажеры , штанга, упражнения с отягощением, упражнения на скамье для пресса в разных положениях

2020

Краткий обзор (в видео представлено практическое занятие по физической культуре. В нем полностью показывается занятие с объяснением правильной техники упражнений, возможными ошибками и количеством повторений

217 Мб

Мр4

9:30

https://polotskby-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/a_yushchanka_psu_by/EWJilxBT6bIAv98eWBkR45YBNPYovYoPMBvQVDODdC77hw?e=iOdCE0