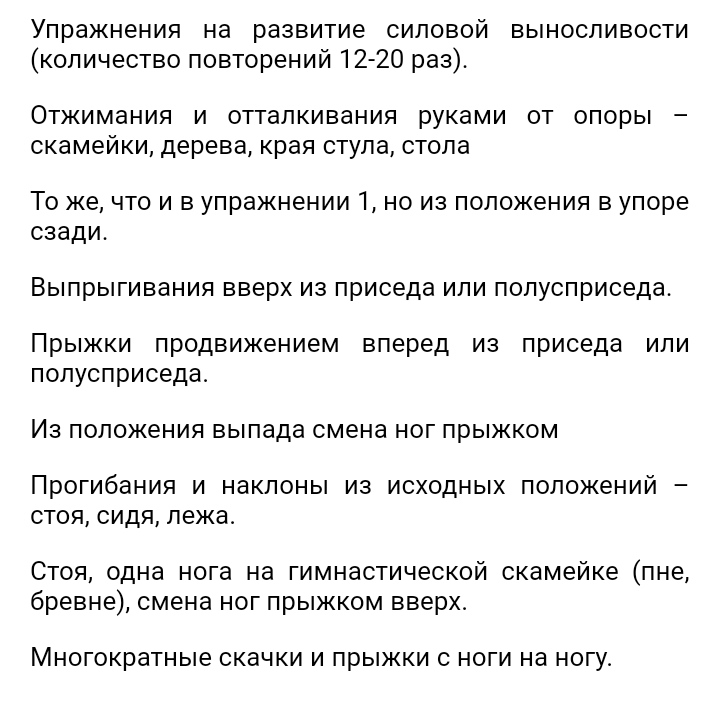
**Занятие 1**

**Разминка – каждое упражнение повторить 10 раз.**

****

**Упражнения на развитие силовой выносливости (сделать 2 серии)**

****