**Занятие 21**

**Разминка – ПЕРЕЙДИТЕ ПО ССЫЛКЕ И ВЫПОЛНИТЕ УПРАЖНЕНИЯ**

<https://www.youtube.com/watch?v=RfcYle7sg2c>

**Выполните упражнения, перейдя по ссылке.**

**Все упражнения повторить по 15 раз (сделать 2 подхода)**

[**https://www.krasavtebe.ru/wp-content/uploads/2016/11/Kompleks-uprazhnenij-dlya-utrennej-gimnastiki.jpg**](https://www.krasavtebe.ru/wp-content/uploads/2016/11/Kompleks-uprazhnenij-dlya-utrennej-gimnastiki.jpg)

**Выполнить упражнения – 2 подхода по 10 раз**

****