

НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ

С целью развития спортивно – физических качеств, формирования навыков ежедневных тренировок в декабре руководителем физического воспитания проведен предновогодний спортивный онлайн - марафон «Неделя здоровья».

Участники выполняли предложенные комплексы физических упражнений, которые позволили проработать каждую группу мышц, улучшить физическое состояние и создать праздничное настроение.

