

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Дом детства и юношества»

План работы

С обучающимися объединения «Фитнес»
МБУДО «Дом детства и юношества»

Педагог: Буранова Ирина Игоревна

Дата занятия	Тема занятий	Задание
08.11	Тренировка сердечно-сосудистой системы https://youtu.be/rwOh9dvEms0	Повторить все упражнения
11.11	Аэробные упражнения https://youtu.be/d5bznQLUUuc	Учить комплекс упражнений