

Занятия объединения DenseFit 07.04.20 10.04.20

Тема: Fitness Руководитель: Первухина Е.В.

Видео уроки разминка по ссылке:

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2773992177122853678&text=DanceFit+-+Танцы+и+Фитнес+зумба+уроки>

Видео уроки учим по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=t6PmB6tMBOc&feature=youtu.be>

Видео уроки растяжка по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=xrezZWAJOIE>

Спасибо За занятие!