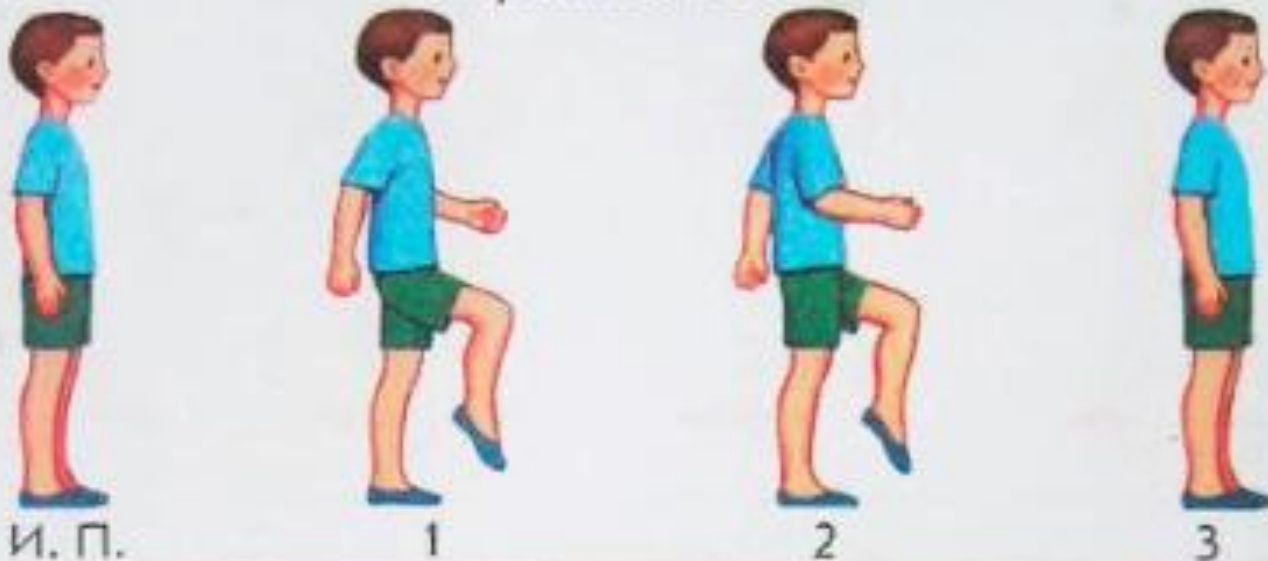
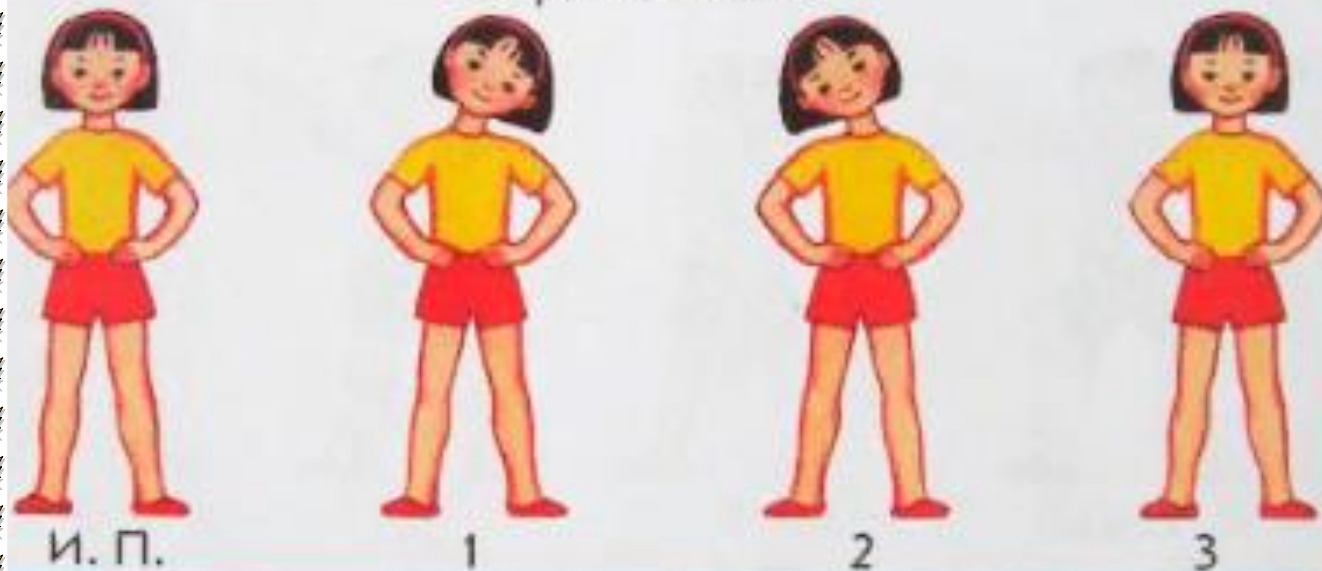


Выполните комплекс упражнений

Упражнение 1



Упражнение 2



Упражнение 3



Упражнение 4



И. П.



1



2



3

Упражнение 5



И. П.



1



2



3

Упражнение 6



И. П.



1



2



3

Упражнение 7



Упражнение 8



Упражнение 9



Упражнение 10



Упражнение 11



Упражнение 12



