

Разминка

https://www.youtube.com/watch?time_continue=257&v=gMbeRBI5UKM&feature=emb_logo

Юный спортсмен 1.2, Мини – баскетбол 2.1

Упражнения 1 день: <https://www.youtube.com/watch?v=UqObMcQ9ahQ>

Упражнения 2 день: <https://www.youtube.com/watch?v=PYEVxHvhcB4>