

		СТРУКТУРА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В МЕСЯЧНОМ ЦИКЛЕ БМС ДЛЯ МЫШЦ ЛИЦА																														
ВПН ознакомление	РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ ПАССИВНОЙ  BMS7.RU MADE IN BELARUS							РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ ДИНАМИЧЕСКОЙ, ГИБКОСТИ ПАССИВНОЙ							РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ СИЛОВОЙ, ДИНАМИЧЕСКОЙ, СТАТИЧЕСКОЙ							РАЗВИТИЕ СИЛЫ СТАТИЧЕСКОЙ, СТАТО-ДИНАМИЧЕСКОЙ							КОМПЛЕКСЫ: СИЛА ВЫНОСЛИВОСТЬ ГИБКОСТЬ			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1
РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ ПАССИВНОЙ РАССКАЗ ПОКАЗ РАЗЪЯСНЕНИЕ							РАЗУЧИВАНИЕ ПОВТОРЕНИЕ ЗАКРЕПЛЕНИЕ																РАЗВИТИЕ СИЛЫ СТАТИЧЕСКОЙ, СТАТО-ДИНАМИЧЕСКОЙ РАССКАЗ ПОКАЗ РАЗЪЯСНЕНИЕ							КОМПЛЕКСЫ: СИЛА ВЫНОСЛИВОСТЬ ГИБКОСТЬ		

Ознакомлен (-а) _____ / _____