



31.10.2024 (4 день)

Четвертый день осеннего спортивного лагеря «Олимп».

Начинаем очередной день с разминки и работы на гимнастических ковриках, после чего отправляемся в бассейн. Сегодня на воде большое внимание уделялось такому стилю плавания как брасс. Ребята отработали технику работы рук и ног, а так же плавание в полной координации движений. После обеда - круговая тренировка на развитие и укрепление физических качеств, а в завершении дня подвижные игры.