



🌅25.03.2025🌅 (2 день)

*Второй день весеннего спортивного лагеря.♥*

*Кроль на спине - основной стиль для отработки техники сегодняшнего дня.*

*Вся работа у пловцов начинается с зала сухого плавания, где основные плавательные элементы выполняются на суше. Это позволяет увидеть и проработать мелкие недочеты в технике и улучшить результат на воде.*

*После обеда у пловцов была круговая тренировка, в которой ребята проработали все группы мышц.*

*Так продуктивно прошел второй день лагеря "Олимп"💧♥*