**сциплина:** Физическая культура

**Преподаватель: Дмитриев Г.П.**.

**Группа:** 718

Выполнить до 24.01.23

Выполненное задание присылать на почту: greesha6060@mail.ru

1. Приседание за 30 сек.(записать видео. /скрин и указать результат выполнение упражнений.

2. Сфотографировать как вы выполняете планку

3 Пресс за минуту количество раз (записать результат по времени)

Выполненное задание присылать на почту: greesha6060@mail.ru