

**План самостоятельной работы
отделения «Спортивный туризм»
с 20 июня по 19 июля 2020 года**

НП-1 <https://cloud.mail.ru/public/5fDG/2dt9PfY1q>

НП-2 <https://cloud.mail.ru/public/5u9y/5eoJCh9DJ>

СО-2(1) <https://cloud.mail.ru/public/4d5Q/3JGtwg3yh>

СО-2(2) <https://cloud.mail.ru/public/5JH4/2fqDFvqVY>

Домашнее задание

Просмотр видео занятий:

«Введение в спортивное ориентирование. Основные понятия»

<https://cloud.mail.ru/public/5aCX/4RtqhMr52>

«Комплекс упражнений для увеличения эластичности мышц»

<https://cloud.mail.ru/public/2Mwn/2oeiXFQ5N>

Тренер-преподаватель: Фатеева Е.В.