|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 20 апреля |  |  |  |
| СОГ- 1го №1 дошкольники | 10.00-10.45 | ОРУ(разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |  |  |  |
| СОГ- 1го №2 дошкольники | 10.45-11.30 | ОРУ(разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |  |  |  |
| ГНП- 1го | 11.30-13.0010.30-12.00 | ОРУ(разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |  |  |  |
| ГНП- 2го | 13.00-14.3014.00-15.30 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте  |  |  |  |
| 21 апреля |  |  |  |
| СОГ- 1го №1 дошкольники | 10.00-10.45 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |  |  |  |
| СОГ- 1го №2 дошкольники | 10.45-11.30 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |  |  |  |
| ГНП- 1го | 11.30-13.0010.30-12.00 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |  |  |  |
| ГНП- 2го | 13.00-14.3014.00-15.30 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |  |  |  |
| 22 апреля |  |  |  |
| СОГ- 1го №1 дошкольники | 10.00-10.45 | ОРУ(разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |  |  |  |
| СОГ- 1го №2 дошкольники | 10.45-11.30 | ОРУ <https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |  |  |  |
| ГНП- 1го | 11.30-13.0010.30-12.00 | ОРУ <https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |  |  |  |
| ГНП- 2го | 13.00-14.3014.00-15.30 | ОРУ <https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |  |  |  |

|  |
| --- |
| 23 апреля |
| СОГ- 1го №1 дошкольники | 10.00-10.45 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| СОГ- 1го №2 дошкольники | 10.45-11.30 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 1го | 11.30-13.0010.30-12.00 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 2го | 13.00-14.3014.00-15.30 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |

|  |
| --- |
| 24 апреля |
| СОГ- 1го №1 дошкольники | 10.00-10.45 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| СОГ- 1го №2 дошкольники | 10.45-11.30 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 1го | 11.30-13.0010.30-12.00 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 2го | 13.00-14.3014.00-15.30 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| 25 апреля |
| СОГ- 1го №1 дошкольники | 10.00-10.45 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| СОГ- 1го №2 дошкольники | 10.45-11.30 |  ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 1го | 11.30-13.0010.30-12.00 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 2го | 13.00-14.3014.00-15.30 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| 27 апреля |
| СОГ- 1го №1 дошкольники | 10.00-10.45 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| СОГ- 1го №2 дошкольники | 10.45-11.30 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 1го | 11.30-13.0010.30-12.00 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 2го | 13.00-14.3014.00-15.30 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| 30 апреля |
| СОГ- 1го №1 дошкольники | 10.00-10.45 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| СОГ- 1го №2 дошкольники | 10.45-11.30 | ОРУ (разминка)<https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 1го | 11.30-13.0010.30-12.00 | ОРУ <https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 2го | 13.00-14.3014.00-15.30 | ОРУ <https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 1го | 11.30-13.0010.30-12.00 | ОРУ <https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |
| ГНП- 2го | 13.00-14.3014.00-15.30 | ОРУ <https://youtu.be/_8oFw__c0jg>Сухое плавание <https://youtu.be/gsHT1s7iVXE>Лучшие упражнения для плавания на суше и развития гибкости <https://youtu.be/0QkaCNqaHMY> комплексно –силовые упражнения <https://youtu.be/mFH7mRc5p-M> | Личное сообщение в вайбере,в контакте |