

Внимание!!! Внимание!!! Внимание!!!

Мы приглашаем студентов 1 и 2 курса

БСТ отд.ПКРС

принять участие

19 июня 2020 года в Дне здоровья!!!

Программа дня:

1. Утренняя студенческая зарядка для бодрости и поднятия настроения (фотоотчет)
<https://www.youtube.com/watch?v=E751ganMVB8>
2. Создание презентаций, листовок, рисунков, исследовательских работ, посвященных Дню Здоровья.
3. Просмотр видео показательных выступлений и знакомство, кто ещё не знаком, с представителями Street Workout
https://vk.com/streetworkoutbrz?z=video-103541215_456239050%2Fpl_-103541215_-2
4. А для самых выносливых, сильных и смелых мы предлагаем выполнить следующие упражнения и результат отправить нам (фото и количество выполненных раз):

- отжимание (можно и на кулачках)



- приседания



- пресс



- планка



Результаты присылаем до 15.00 <https://vk.com/mrychkova2020> (фотоотчёты и цифры)

Презентации и листовки <https://vk.com/id590644209>

Самых сильных и смелых, креативных и лучших ждет СЮПРИЗ!!!!

(после выхода в Образовательное учреждение)

Дерзайте!!!! Мы ждем!!!!