**Задание по дисциплине «Физическая культура»**

Выполнить комплекс упражнений:

1. Приседания – 20 раз
2. Отжимания – 10 раз
3. Пресс – 20 раз

Это одна серия, таких надо сделать 3 серии.

Уложиться за 8 минут.

**Весь комплекс записываем на видео и мне присылаем по почте (**[**daa@apt29.ru**](mailto:daa@apt29.ru)**) до 18 апреля включительно!!!**