**Задание по дисциплине «Физическая культура»**

ГОТОВИМСЯ К ЗАЧЕТУ!!!

Выполнить комплекс упражнений:

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

Это одна серия, таких надо сделать 5 серий.

Постараться уложиться за 8 минут.

**Мне присылаем свой результат**

**(время выполнения комплекса)**

**по почте (**[**daa@apt29.ru**](mailto:daa@apt29.ru)**)**

**до 12 часов 19 апреля!!!**