

Привет!

Благодарю за Ваш интерес к моим урокам.

И хочу сразу отметить, что сейчас Вы на правильном пути!

Если Вы действительно хотите иметь достижения в художественной гимнастике - это здорово! И нам точно по пути!

Материал действительно необходим всем, кто хочет иметь данные о правильной базовой подготовке!

**Вот здесь Ваш доступ к урокам:**

|              |                   |   |
|--------------|-------------------|---|
| Видео урок 1 | Развитие гибкости | <a href="http://rg-training.com/page-vlk4.html">http://rg-training.com/page-vlk4.html</a> |
|--------------|-------------------|---|

**Вот здесь Ваш доступ к урокам:**

|              |   |   |
|--------------|---|---|
| Видео урок 5 | Комплекс упражнений специальной физической подготовки (СФП 1) | <a href="http://rg-training.com/page-wms8.html">http://rg-training.com/page-wms8.html</a> |
| Видео урок 6 | Комплекс упражнений специальной физической подготовки (СФП 2) | <a href="http://rg-training.com/page-i2f9.html">http://rg-training.com/page-i2f9.html</a> |

Живи на максимуме! Достигай невозможного!

С уважением, тренер Сборной команды России по художественной гимнастике, кандидат педагогических наук, Мастер спорта международного класса **ПИРОЖКОВА ЕКАТЕРИНА АЛЕКСАНДРОВНА.**