

# КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН НА ИЮНЬ 2020 ГОДА

Группы НПЗ по хоккею с шайбой

Тренер Силин А.С.

<p>16.06 вторник</p> <p>1.Разминка 2.Скакалка 3.Техника владения клюшкой (дриблинг мячом)</p>	<p>18.05 четверг</p> <p>1.Разминка 2.Скакалка 3.Техника владения клюшкой (дриблинг мячом)</p>	<p>20.06 суббота</p> <p>1.Разминка 2.ОФП (отжимания, приседания, пресс) 3.Техника владения клюшкой (дриблинг мячом)</p>	<p>23.06 вторник</p> <p>1.Разминка 2.Скакалка 3.Техника владения клюшкой (дриблинг мячом)</p>
<p>25.06 четверг</p> <p>1.Разминка 2.Скакалка 3.Техника владения клюшкой (дриблинг мячом)</p>	<p>27.06 суббота</p> <p>1.Разминка 2.ОФП (отжимания, приседания, пресс) 3.Техника владения клюшкой (дриблинг мячом)</p>		