

## **Індивідуальна робота**

**(для студентів, які навчаються за графіком сприяння)**

1. Матеріали самопідготовки;

2. Самостійні роботи: Екзерсиси (біля опори, посеред залу, партер, алегро) для різних етапів підготовки спортсменів, у різних видах спорту.