











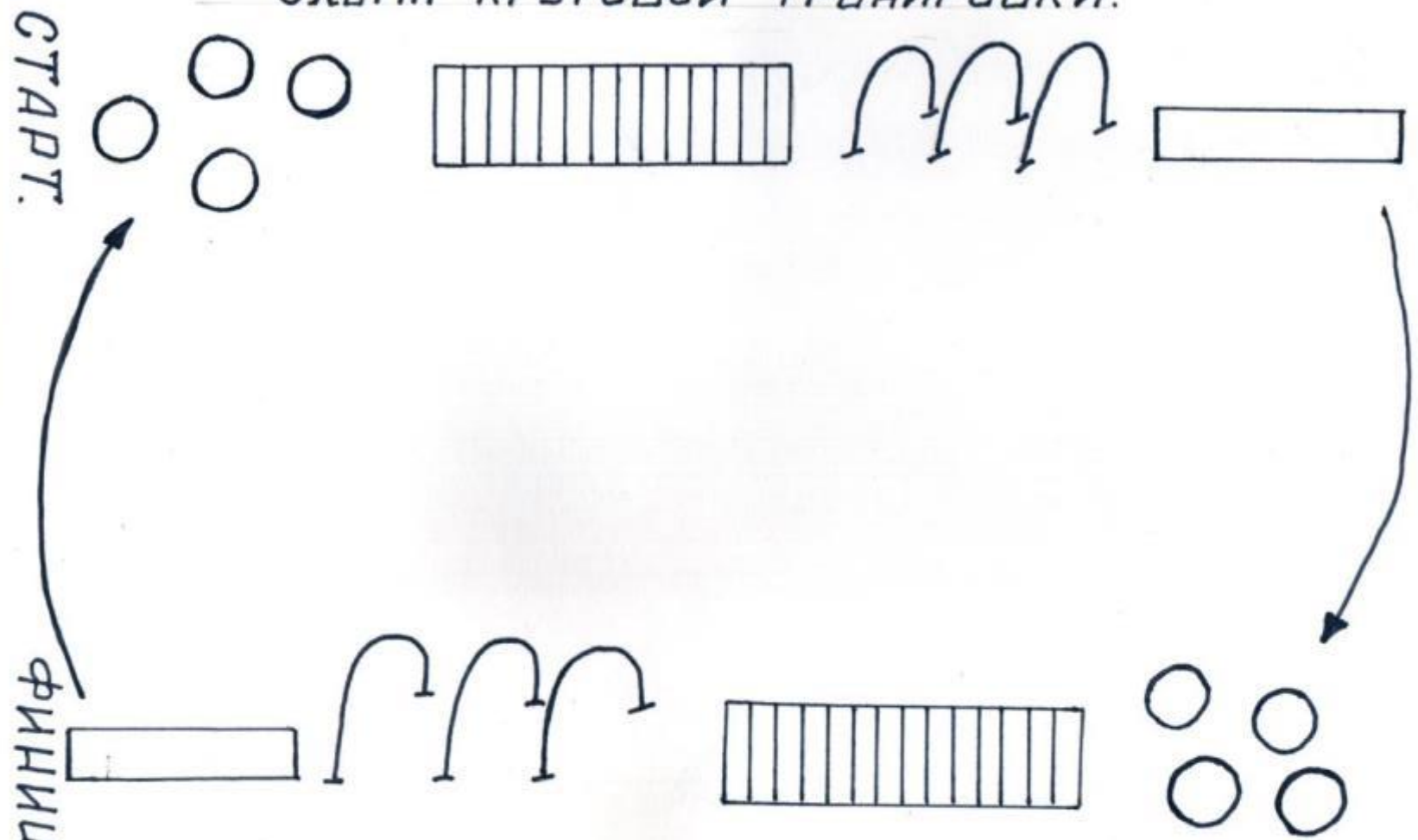








СХЕМА КРУГОВОЙ ТРЕНИРОВКИ.



Λ - дуги, □ - гимнастическая скамейка

Условные обозначения: ○ - „островки“, ▤▤▤ - массажная дорожка



