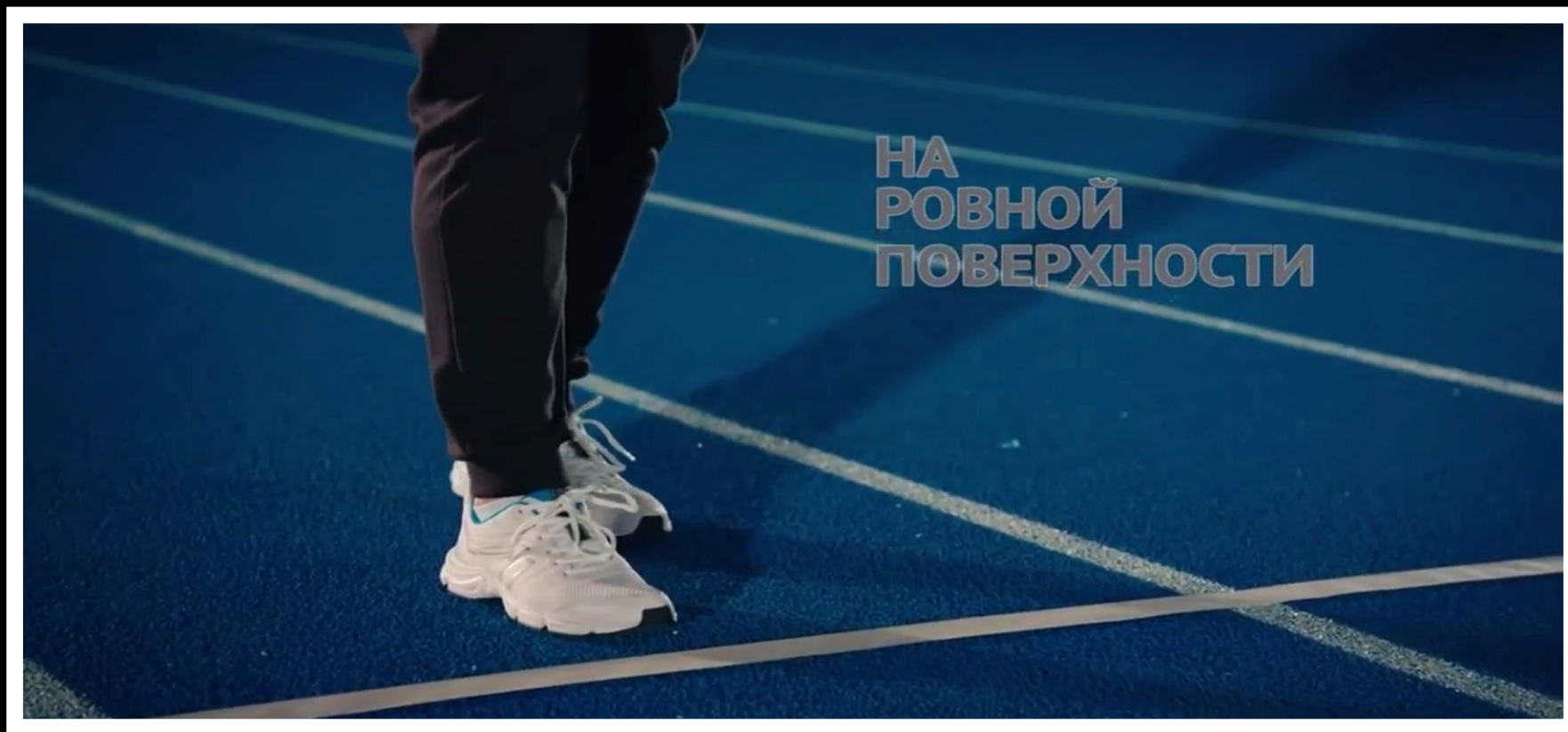


ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ:

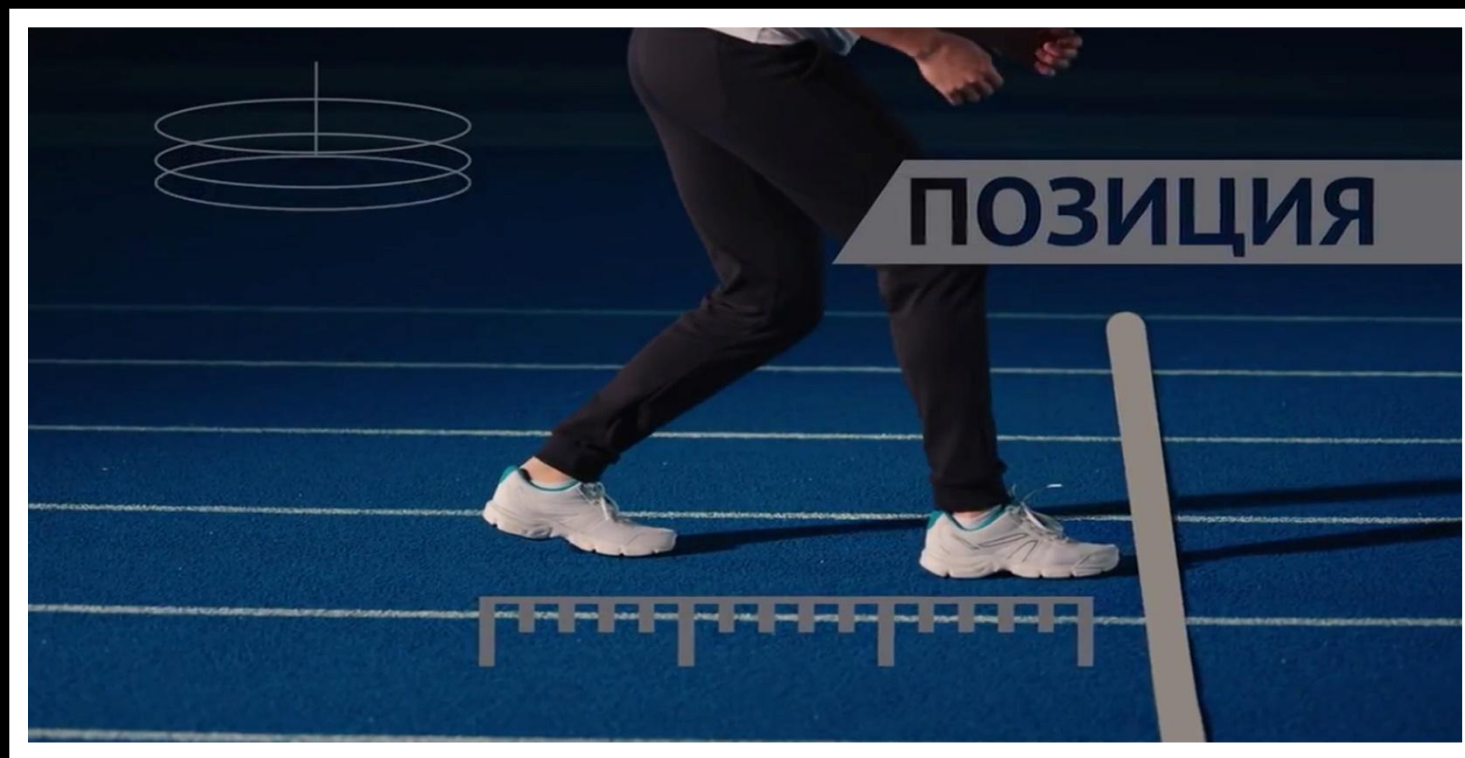
**Бег на короткую  
дистанцию**

**БЕГ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ ПРОВОДИТСЯ НА ДОРОЖКЕ СТАДИОНА , ИЛИ НА ЛЮБОЙ ДРУГОЙ РОВНОЙ ПОВЕРХНОСТИ.**



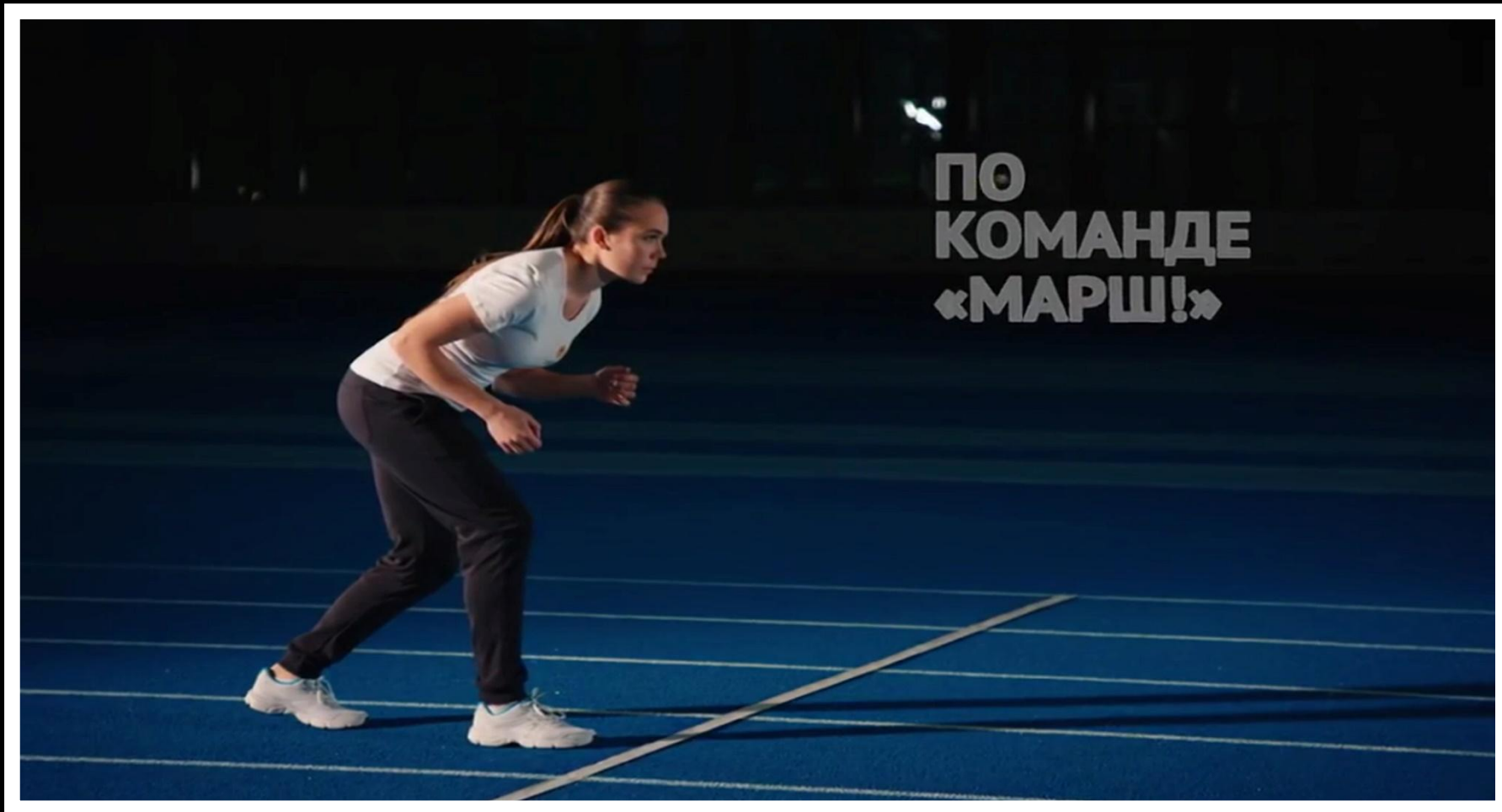
**НА  
РОВНОЙ  
ПОВЕРХНОСТИ**

# НАЧИНАТЬ ИСПЫТАНИЕ НУЖНО С ПОЗИЦИИ ВЫСОКОГО СТАРТА

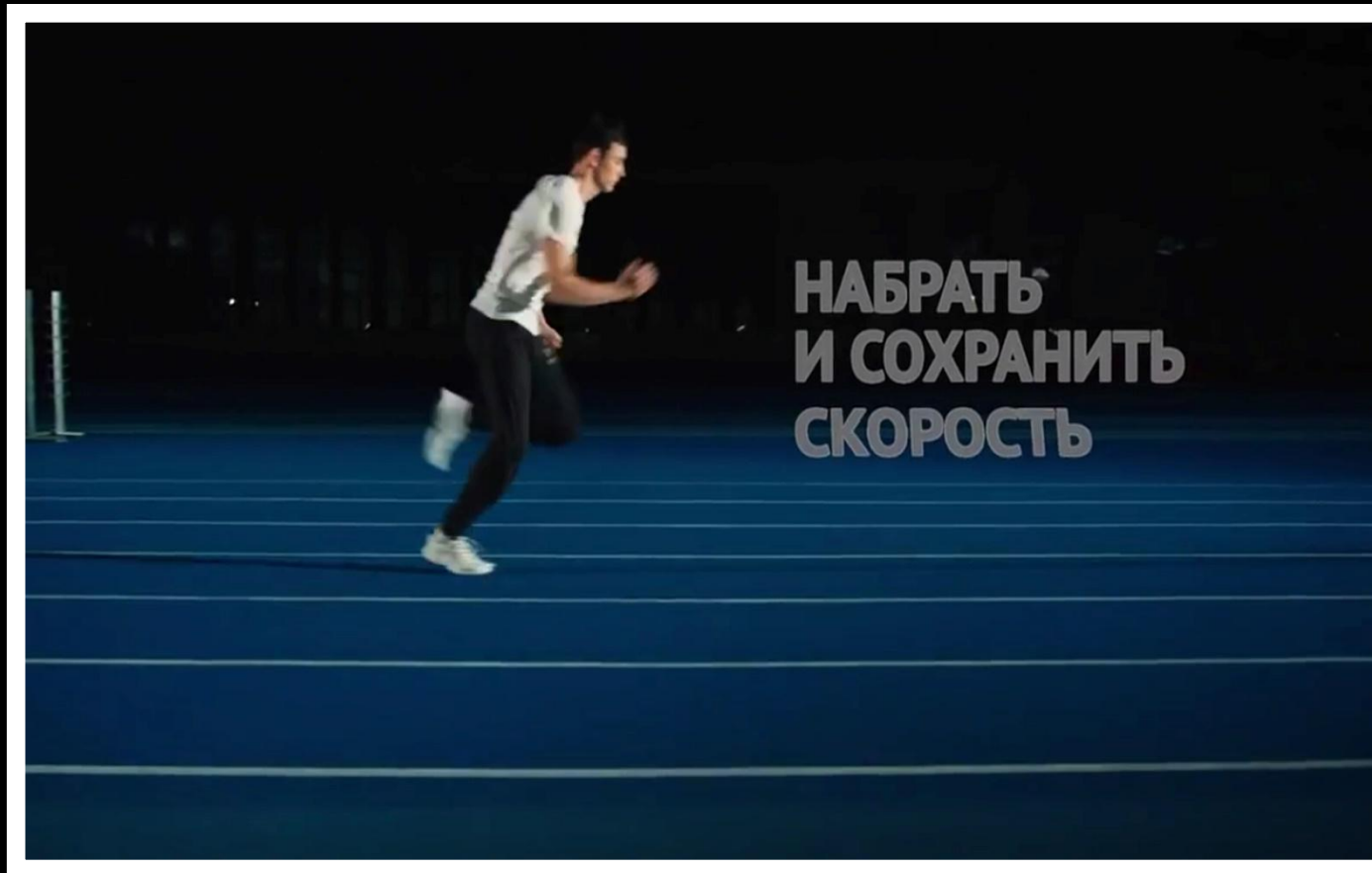




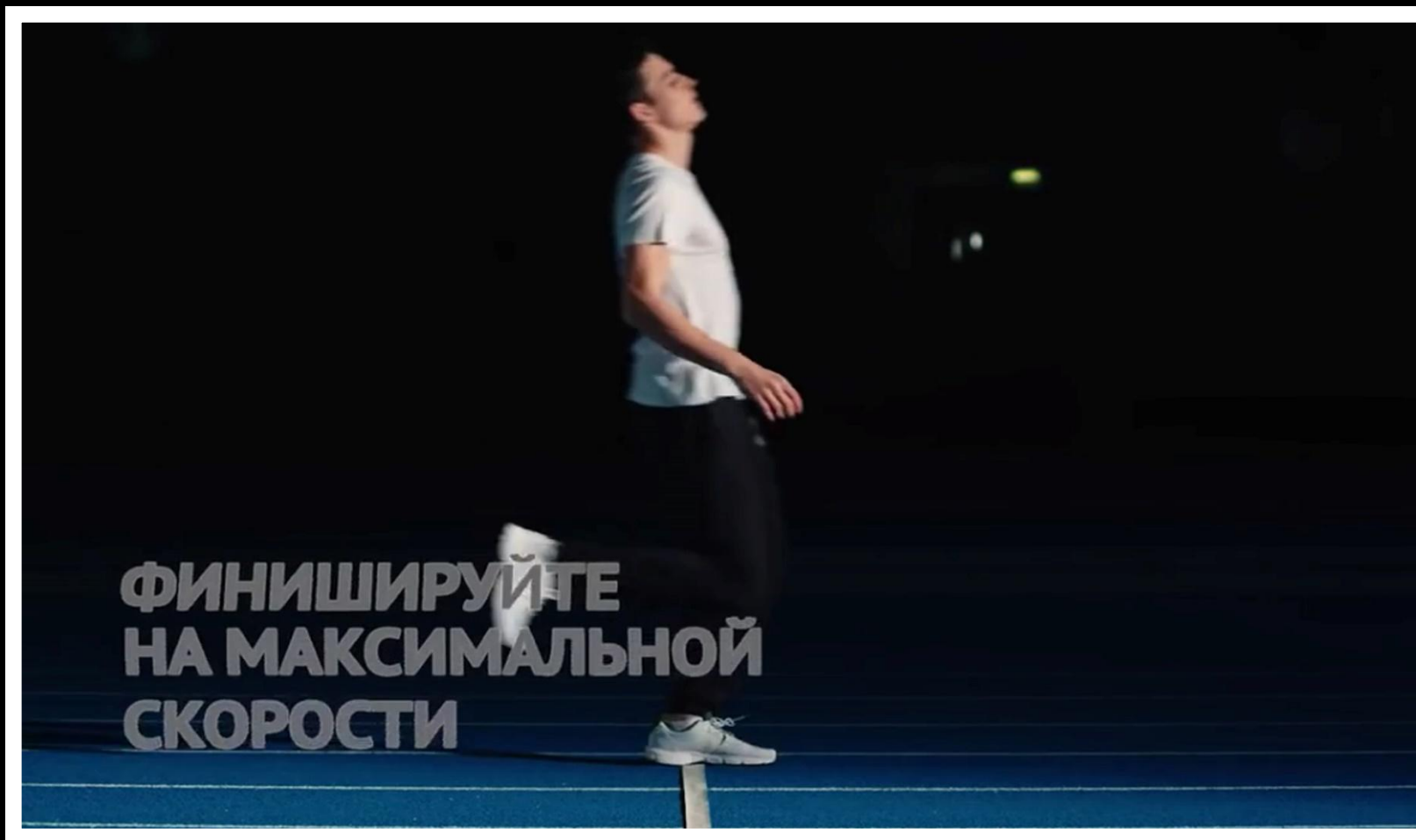
ПО КОМАНДЕ «МАРШ» ОТТОЛКНИТЕСЬ ОТ ЗЕМЛИ И  
НАЧНИТЕ ДВИЖЕНИЕ МАКСИМАЛЬНО БЫСТРО



ГЛАВНОЕ В СПРИНТЕРСКОМ ЗАБЕГЕ КАК МОЖНО БЫСТРЕЕ  
НАБРАТЬ СКОРОСТЬ И СОХРАНИТЬ ЕЕ ДО ФИНИША



ФИНИШИРУЙТЕ НА МАКСИМАЛЬНОЙ СКОРОСТИ, НО БЕЗ  
РЫВКА, ТАК ВЫ ИЗБЕЖИТЕ СНИЖЕНИЯ ВРЕМЕННЫХ  
ПОКАЗАТЕЛЕЙ



ФИНИШИРУЙТЕ  
НА МАКСИМАЛЬНОЙ  
СКОРОСТИ



**УДАЧИ!**