



Государственное бюджетное учреждение Ненецкого
автономного округа «Спортивная школа
олимпийского резерва «Труд»
(ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского
резерва «Труд»)

ул. Калмыкова, 6А г. Нарьян-Мар, 166002

Тел./факс: (81853) 2-17-12

Email: naotrud@yandex.ru

15.05.2020

На №

№

**План работы в дистанционном режиме филиала ГБУ НАО «Спортивная школа
олимпийского резерва «Труд» в с. Несь с 18.05.2020 – 22.05.2020 года**

Дата	Тема	Ответственный
18.05.2020 г.	Анатомия мышц ног и их функции.	Инструктор по спорту – Латышев А.А.
19.05.2020 г.	Тренировка ног. Упражнения и примеры схем тренировочной программы.	Инструктор по спорту – Латышев А.А.
20.05.2020 г.	Анатомия мышц рук: часть 1 мышцы плеча.	Инструктор по спорту – Латышев А.А.
21.05.2020 г.	Анатомия мышц рук: часть 2 мышцы предплечья и кисти.	Инструктор по спорту – Латышев А.А.
22.05.2020 г.	Тренировка рук. Основные моменты и программы.	Инструктор по спорту – Латышев А.А.

Заведующий филиала

ГБУ НАО «СШОР «Труд» в с. Несь

А.В. Коткин