****

**Ребята, здравствуйте!**

**Тренировка №10, №11**

**Тема:** Пионербол. Развитие координации и быстроты движений.

**Девиз:** Худшая тренировка – та, на которую ты не пришел!

Пройди по ссылке и выполни упражнения:

Развитие быстроты движений: ссылка <https://yadi.sk/i/SihUJU7unEghuw>

Развитие координации движений: ссылка <https://yadi.sk/i/aUo_SWxk4UfrbA>

Успешной тренировки!