**24.05.20, Воскресенье**

**9.10 Хореографический коллектив «Танцуют все».**

Работа на середине зала.

Ритмопластика <https://www.youtube.com/watch?v=gFoHa-nK7xA>

**10.00  Хореографический коллектив «Разноцветная радуга».**

Фитнес-разминка

<https://www.youtube.com/watch?v=XE32ObGivtc>

**11.40 Хореографический коллектив «Золотая радуга».**

Фитнес-разминка.

<https://www.youtube.com/watch?v=XE32ObGivtc>

**12.50 Хореографический коллектив «Зарики».**

 Работа на середине зала.

Ритмопластика. <https://www.youtube.com/watch?v=gFoHa-nK7xA>

**25.05.20 Понедельник**

**17.00  Хореографический коллектив «Солнечная радуга».**

Разминка на середине зала.

Партерная гимнастика.

Упражнения на развитие стоп и красивого подъема.

<https://www.youtube.com/watch?v=enTp2dFs4Gw>

Повторение танцевальной композиции "Синий платочек"

**18.20 Хореографический коллектив «Радуга юности».**

Разминка на середине зала.

Партерная гимнастика.

Упражнения на развитие стоп и красивого подъема.

<https://www.youtube.com/watch?v=enTp2dFs4Gw>

Повторение танцевальной композиции "Солдатская пляска".

**26.05.20, вторник**

**15.20  Хореографический коллектив «Солнечная радуга».**

Фитнес-разминка.

<https://www.youtube.com/watch?v=XE32ObGivtc>

**17.00 Хореографический коллектив «Золотая радуга».**

Тренировка суставно-мышечного аппарата.

<https://www.youtube.com/watch?v=KxxHFobUId0&t=314s>

**18.20 Хореографический коллектив «Разноцветная радуга».**

 Тренировка суставно-мышечного аппарата.

<https://www.youtube.com/watch?v=KxxHFobUId0&t=314s>

**28.05.20,четверг**

**15.20 Хореографический коллектив «Солнечная радуга».**

Тренировка суставно-мышечного аппарата.

<https://www.youtube.com/watch?v=KxxHFobUId0&t=314s>

Повторение танцевальной композиции "Синий платочек"

**17.00 Хореографический коллектив «Золотая радуга».**

Работа на середине зала.

Повторение хореографической композиции "Весна пришла. Мордовский танец".

**18.20 Хореографический коллектив «Радуга юности».**

 Фитнес-разминка.

<https://www.youtube.com/watch?v=XE32ObGivtc>.

Отработка танцевальной композиции "Журавли"

**29.05.20, пятница**

**17.00 Хореографический коллектив «Радуга юности».**

 Тренировка суставно-мышечного аппарата.

<https://www.youtube.com/watch?v=KxxHFobUId0&t=314s>

Отработка танцевальной композиции "Солдатская пляска".

**18.20 Хореографический коллектив «Разноцветная радуга».**

Разминка на середине зала.

Классический экзерсис у станка**.**

<https://www.youtube.com/watch?v=gg9-KztOz3U>

Отработка танцевальной композиции "Девичья плясовая"

**31.05.20,Воскресенье**

**9.10 Хореографический коллектив «Танцуют все».**

Фитнес-разминка.

<https://www.youtube.com/watch?v=XE32ObGivtc>

**10.00  Хореографический коллектив «Разноцветная радуга».**

Разминка на середине зала.

 Разминка на середине зала.

Классический экзерсис у станка**.**

<https://www.youtube.com/watch?v=gg9-KztOz3U>

Отработка танцевальной композиции "Скоморошьи потешки"

**11.40 Хореографический коллектив «Золотая радуга».**

Разминка на середине зала.

Разминка на середине зала.

Классический экзерсис у станка**.**

Повторение хореографической композиции "Весна пришла.Мордовский танец".

<https://www.youtube.com/watch?v=gg9-KztOz3U>

**12.50 Хореографический коллектив «Зарики».**

 Фитнес-разминка.

<https://www.youtube.com/watch?v=XE32ObGivtc>