**Группы 2005г.р.**

ОРУ. Комплекс футбольных упражнений в домашних условиях

<https://vk.com/bookmarks?z=video5773949_456239417%2Fa6575b2b89165209a3> <https://youtu.be/yRSRttu8Gp8>

ОРУ. Развитие координации

<https://vk.com/bookmarks?z=video5773949_456239417%2Fa6575b2b89165209a3> <https://youtu.be/yRSRttu8Gp8>

ОРУ. Координация с мячом

<https://vk.com/bookmarks?z=video5773949_456239417%2Fa6575b2b89165209a3><https://youtu.be/yRSRttu8Gp8>

Комплекс упражнений для всех групп мышц

<https://youtu.be/31uiqRQKGxs>

**Группа 2013-2014 г.р.**

Упражнения для улучшения навыков контроля мяча

<https://youtu.be/ckez-7aqPmQ>

Комплекс футбольных упражнений в домашних условиях

<https://vk.com/videos-18298155?section=album_3&z=video-18298155_456239126/club18298155/pl_-18298155_3>

Комплекс упражнений для всех групп мышц

<https://youtu.be/31uiqRQKGxs>

Выполнение упражнений [https://youtu.be/T2uyKJNmmgU](https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fyoutu.be%2FT2uyKJNmmgU&cc_key=)