**15 апреля (среда)**

**Хореографический коллектив «Адажио-беби»**

Тема: «Партернаягимнастика, растяжка».

**Партерная** **гимнастика** – **это** системаспециальноподобранныхфизическихупражнений, основнойотличительнойчертойявляетсято, чтоонипроводятся «наземле», тоестьразличныеупражнения, вположениисидя, лежа, набоку, изразличныхупоров.

Работавпартере<https://youtu.be/M5E-tOiaZ7E>все упражнения делаем по 20 раз.

**Хореографический коллектив «Адажио»**

Тема: «Партернаягимнастика, растяжка».

**Партерная** **гимнастика** – **это** системаспециальноподобранныхфизическихупражнений, основнойотличительнойчертойявляетсято, чтоонипроводятся «наземле», тоестьразличныеупражнения, вположениисидя, лежа, набоку, изразличныхупоров.

Работавпартере<https://youtu.be/M5E-tOiaZ7E> все упражнения делаем по 20 раз.

**Хореографический коллектив «Адажио- NEXT»**

Тема: «Партернаягимнастика, растяжка».

**Партерная** **гимнастика** – **это** системаспециальноподобранныхфизическихупражнений, основнойотличительнойчертойявляетсято, чтоонипроводятся «наземле», тоестьразличныеупражнения, вположениисидя, лежа, набоку, изразличныхупоров.

Работавпартере<https://youtu.be/M5E-tOiaZ7E> все упражнения делаем по 20 раз.

**Хореографический коллектив «Танцуютвсе»**

Тема: «Учебно-тренировочнаяработа»

Отработкатанцевальныхкомбинацийквоенномутанцу«На стенке фото пылится». Повороты,прыжки,переходы.

**16 апреля (четверг)**

**Хореографический коллектив «Адажио-беби»**

Тема: «Комплексныеупражнениянастопы»<https://drive.google.com/file/d/19HnZy5KKTQ3pZTHho3lZMTYSRkp66wLo/view?usp=drivesdk>

Работавпартере<https://youtu.be/M5E-tOiaZ7E> все упражнения делаем по 20 раз

**Хореографический коллектив «Адажио»**

Тема: «Комплексныеупражнениянастопы»<https://drive.google.com/file/d/19HnZy5KKTQ3pZTHho3lZMTYSRkp66wLo/view?usp=drivesdk>

Работавпартере<https://youtu.be/M5E-tOiaZ7E> все упражнения делаем по 30 раз

**Хореографический коллектив «Адажио- NEXT»**

Тема: «Комплексныеупражнениянастопы»<https://drive.google.com/file/d/19HnZy5KKTQ3pZTHho3lZMTYSRkp66wLo/view?usp=drivesdk>

Работавпартере<https://youtu.be/M5E-tOiaZ7E> все упражнения делаем по 30 раз

**19 апреля (воскресенье)**

**Хореографический коллектив «Адажио-беби»**

Тема: «Комплексныеупражнениянастопы»<https://drive.google.com/file/d/19HnZy5KKTQ3pZTHho3lZMTYSRkp66wLo/view?usp=drivesdk>

**Хореографический коллектив «Адажио»,**

Тема: «Комплексныеупражнениянастопы»<https://drive.google.com/file/d/19HnZy5KKTQ3pZTHho3lZMTYSRkp66wLo/view?usp=drivesdk>

**Хореографический коллектив «Адажио- NEXT»**

Тема: «Комплексныеупражнениянастопы»<https://drive.google.com/file/d/19HnZy5KKTQ3pZTHho3lZMTYSRkp66wLo/view?usp=drivesdk>

**Хореографический коллектив «Зарики»**

Тема: «Учебно-тренировочнаяработа»

Отработкатанцевальныхкомбинацийктанцу«Мама» шаги на полупальцах вперед и назад. Наклоны корпуса вправо и влево.