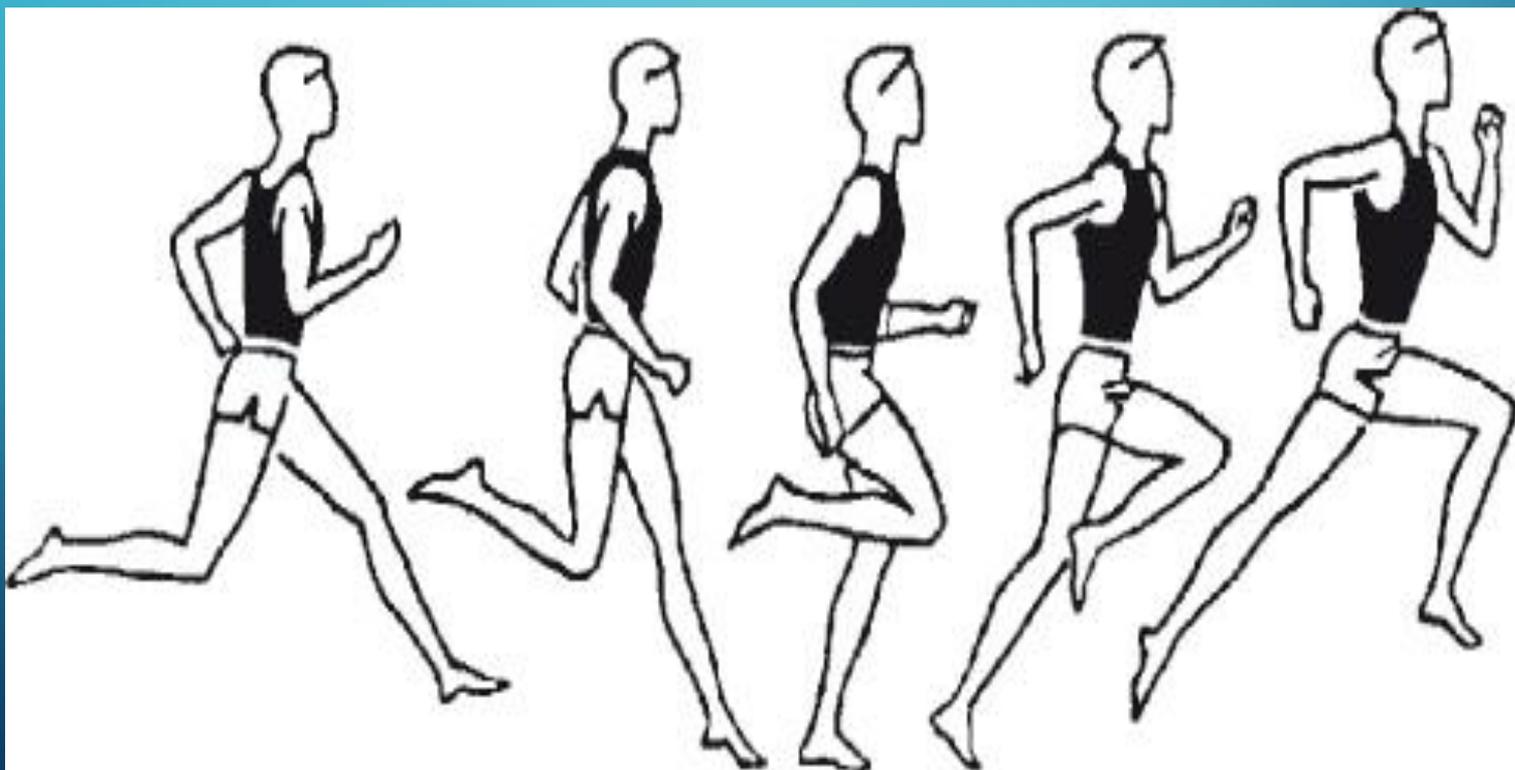


БЕГОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ.



ТЕХНИКА БЕГА.



ВЫСОКИЙ СТАРТ.



ТЕХНИКА ПЕРЕДАЧИ ЭСТАФЕТНОЙ ПАЛОЧКИ.

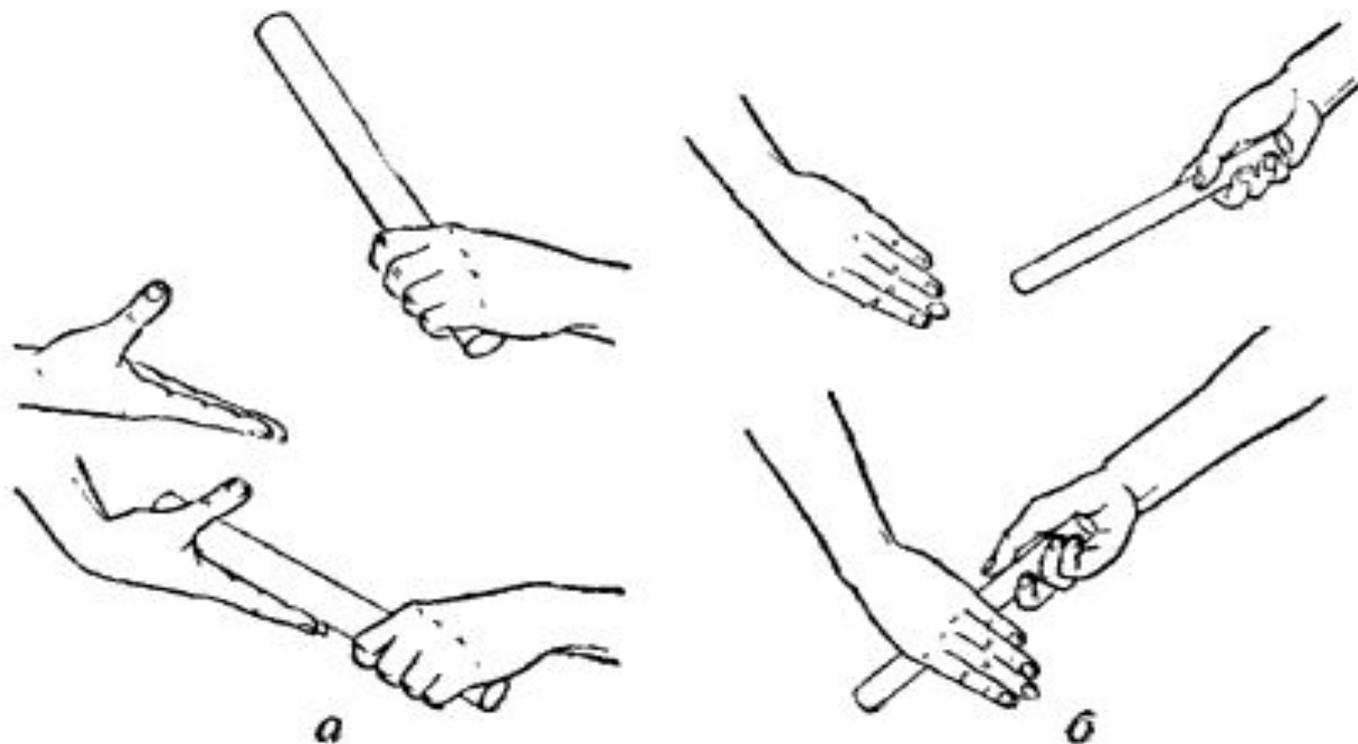


Рис. 47. Способы передачи эстафетной палочки: а — сверху, б — снизу.

ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ.



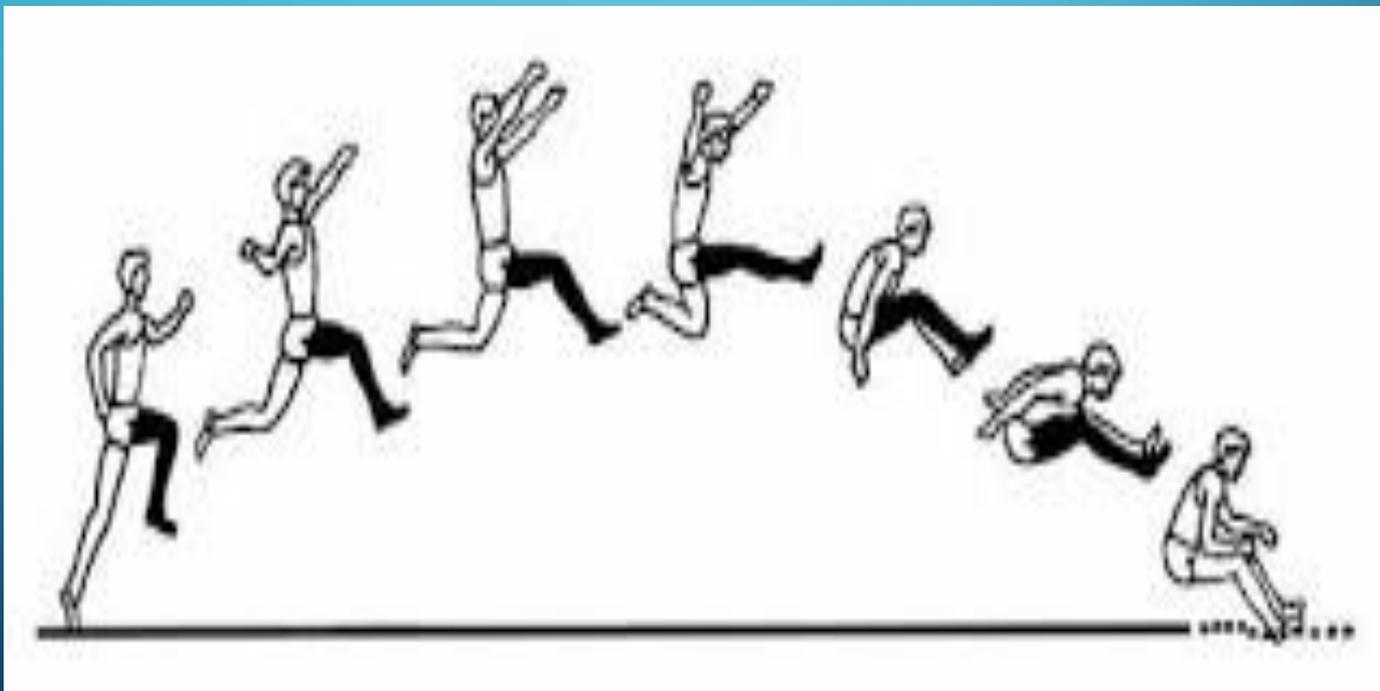
БЕГ С ВЫСОКИМ ПОДНИМАНИЕМ БЕДРА.



БЕГ С ЗАХЛЕСТЫВАНИЕМ ГОЛЕНИ НАЗАД.



ПРЫЖКИ В ШАГЕ.



СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!!!

