ФИО педагога: Усанова Ирина Викторовна

Программа: Спортивный туризм

Объединение: 1АО

Дата занятия по рабочей программе: 06.05.2020

Тема занятия: Отдых и восстановление организма

Задание: Прочитать материал по теме, ответить на вопрос.

Порядок выполнения:

1 Прочитать материал <http://swagman.ru/vosstanovlenie-posle-poxoda/>

2 Ответьте на вопрос: Что вам обычно больше всего хочется съесть после похода?