

31	Иыктан асыра лактыру	2 сағ	10.11.2023ж
32	Қапсыра ұстап шалкалап лактыру әдісі	2 сағ	11.11.2023ж
33	Қапсыра ұстап шалкалап лактыру әдісі	2 сағ	14.11.2023ж
34	Қапсыра ұстап шалкалап лактыру әдісі	2 сағ	17.11.2023ж
35	Қапсыра ұстап шалкалап лактыру әдісі	2 сағ	18.11.2023ж
36	Қапсыра ұстап шалкалап лактыру әдісі	2 сағ	21.11.2023ж
37	Жамбас әдісі	2 сағ	24.11.2023ж
38	Жамбас әдісі	2 сағ	25.11.2023ж
39	Жамбас әдісі	2 сағ	28.11.2023ж
40	Іштен шалу әдісі	2 сағ	01.12.2023ж
41	Іштен шалу әдісі	2 сағ	02.12.2023ж
42	Іштен шалу әдісі	2 сағ	05.12.2023ж
43	Спорттық ойындар	2 сағ	08.12.2023ж
44	Жалпы физикалық дайындық	2 сағ	09.12.2023ж
45	кросс	2 сағ	12.12.2023ж
46	Сырттан шалу әдісі	2 сағ	15.12.2023ж
47	Сырттан шалу әдісі	2 сағ	16.12.2023ж
48	Сырттан шалу әдісі	2 сағ	19.12.2023ж
49	Тобықтан қағу әдісі	2 сағ	22.12.2023ж
50	Тобықтан қағу әдісі	2 сағ	23.12.2023ж
51	Тобықтан қағу әдісі	2 сағ	26.12.2023ж
52	Жалпы физикалық дайындық	2 сағ	29.12.2023ж
53	кросс	2 сағ	30.12.2023ж

Үйірме жетекшісі  С.Қоқыбасов