**6 день**

**«День Прыгунов»**

****

***Давай с тобой попрыгаем  
И ножками подвигаем.  
Раз прыжок и два прыжок,  
Поактивнее, дружок***

**** Если нет времени на посещение спортзала, чтобы улучшить свою физическую форму да и средств на то, чтобы приобрести дорогостоящий тренажер, что делать? Выход есть! Скакалка! Отличная физическая форма и здоровье – вот что способна подарить самая обыкновенная скакалка, на которой почти все в детстве прыгали, считая простым развлечением. При тренировках на скакалке активно нагружается сердечно-сосудистая система.

**Победители «прыжки на скакалке»**

**Сафеев Камиль- Джураев Руслан Тошива Дильрабо** 

**** 

Прыжки в длину с места позволяют проверить уровень прыгучести, а также тестируют силу ног. В финал вышли Валиуллин Ильсур, Зазыбов Тимур, Орешин Егор.

**Поздравляем победителя –**

**Орешина Егора!**