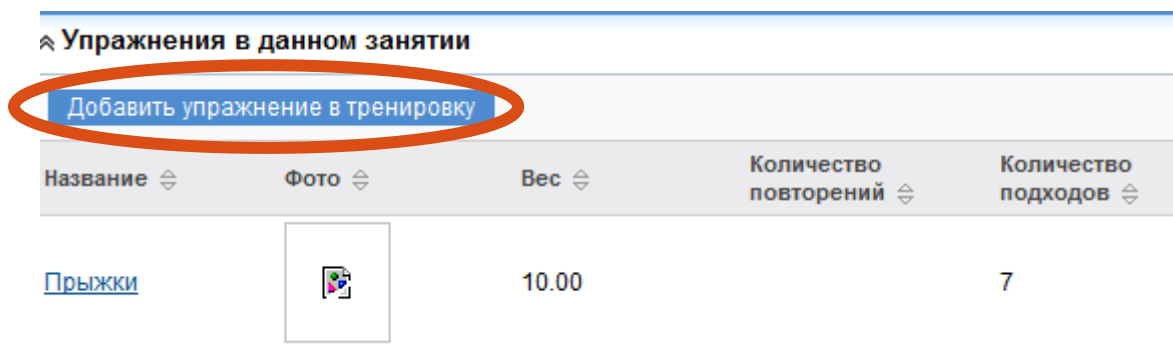


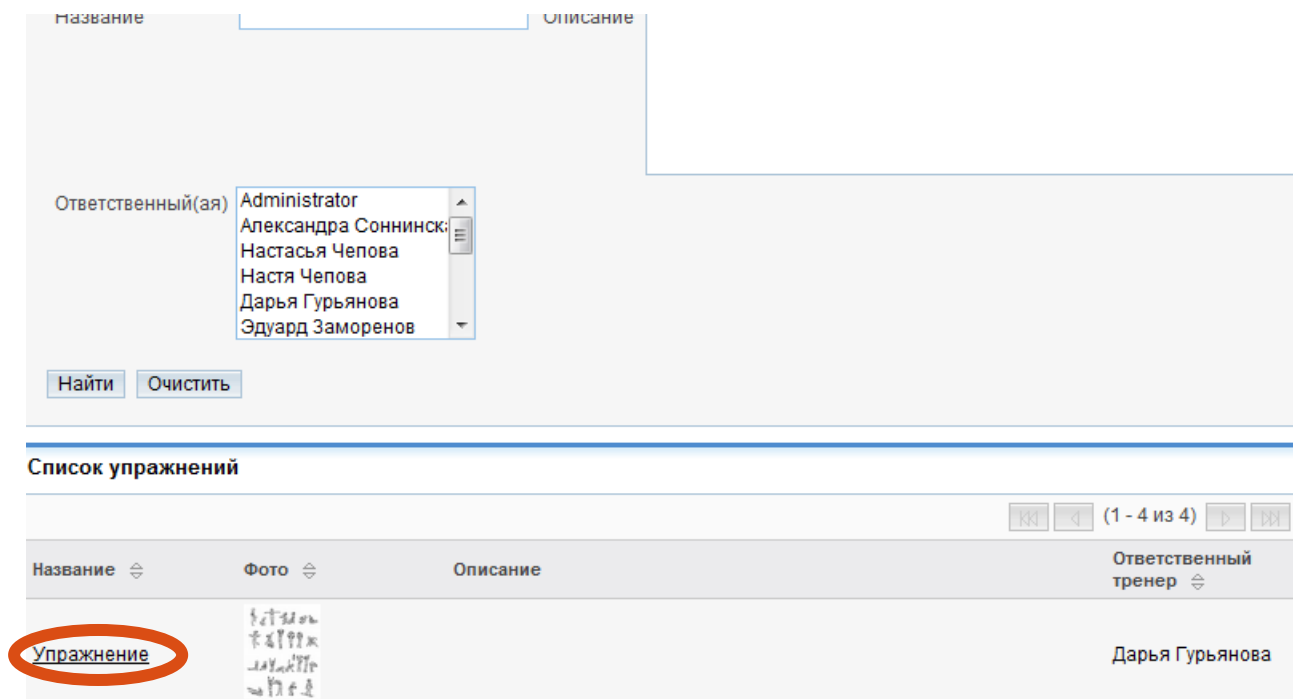
Добавление в занятие упражнения

Для добавления в занятие упражнения зайдите на страницу занятия (**смотрите инструкцию «Как зайти на страницу занятия»**) и найдите вкладку Упражнения в данном занятии » Добавить упражнение в тренировку.



Нажмите на стрелку рядом с полем Упражнение.



Теперь в открывшемся окне нажмите на упражнение, которое необходимо добавить.



Введите характеристики упражнения (поля, отмеченные звездочкой, заполняются обязательно)
» Сохранить.

Упражнения в данном занятии

Сохранить Отказаться



Упражнение: * Упражнение  

Вес: 5

Количество подходов: 3

Порядковый номер: 2

Описание:

Ответственный тренер: Дарья Гурьянова  

Количество повторений:

Тип:

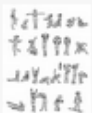

Сохранить Отказаться

Сохранить [Alt+S]

Упражнение добавлено.

Упражнения в данном занятии

Добавить упражнение в тренировку

Название	Фото	Вес	Количество повторений	Количество подходов	Порядковый номер
Упражнение		5.00		3	2
Прыжки		10.00		7	1