

ПРИМЕРНЫЕ ПРОГРАММЫ
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
ДЛЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИХ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ,
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИХ
ШКОЛ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Бег на средние и длинные
дистанции, спортивная ходьба



ПРОГРАММА