

Годичный график подготовки групп учебно тренировочного этапа 1-3 года по виду спорта тхэквондо

[illegible]

Годичный график подготовки групп учебно тренировочного этапа 4 года по виду спорта тхэквондо

[illegible]

ОФП- общая физическая подготовка

СФП- специальная физическая подготовка

Уч-тие в сорев-х участие в спортивных соревнованиях

ТехП- техническая подготовка

ТТП тактическая, теоретическая, психологическая подготовка

Инструктор. и суд. пр.- Инструкторская и судейская практика

Мед. мероприятия, тест. и

контроль- Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль