

Годичный график подготовки групп этапа совершенствования спортивного мастерства по виду спорта тхэквондо ИТФ

[illegible]

ОФП- общая физическая подготовка

СФП- специальная физическая подготовка

Уч-тие в сорев-х- участие в спортивных соревнованиях

TexП- техническая подготовка

ТПП- 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