

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
АЭРОКОСМИЧЕСКОГО ПРИBORОСТРОЕНИЯ

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯМ
ГИРЕВОГО СПОРТА

Средства и методы развития
физических качеств
Учебное пособие