Степ-аэробика для начинающих

<https://fit-sport.by/step-platforma-effektivnost-dlya-pohudeniya-uprazhneniya-iz-step-aerobiki-video-dlya-nachinayushchih>

|  |
| --- |
| 07.04 Что такое степ-аэробика |
| 09.04 Степ-аэробика для начинающих. Базовые упражнения. |
| 13.04 Степ-аэробика для начинающих. |
| 14.04 Степ-аэробика для начинающих. |
| 16.04 Степ-аэробика. Начальный уровень на русском языке |
| 20.04 Степ-аэробика. Начальный уровень на русском языке |
| 21.04 Степ-аэробика. Начальный уровень на русском языке |
| 23.0421.04 Степ-аэробика. Начальный уровень на русском языке |
| 27.04 Степ-аэробика. Начальный уровень на русском языке |
| 28.04 Степ-аэробика для всех уровней |
| 30.04 Степ-аэробика для всех уровней |