**Іванов(а) Іван(на) Іванович(на) – група 111аа**

1. Витрачений час на виконання Тренування №1 чи окремих вправ – 1 год.
2. Виконав усі вправи які заплановані в завданні.
3. ЧСС до початку заняття - 55 уд. за хв.

ЧСС після закінчення заняття - 105 уд. за хв.

1. Настрій був не дуже, але емоції під час виконання завдання були приємні.

Фото підтвердження (приклади показувати свої, за можливості)

 