Видео тренировок можно посмотреть по закрытым ссылкам на YouTube

**SuperCore**

1. [https://youtu.be/VK2Ow6\_RJMc](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/VK2Ow6_RJMc__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3ksr_a-WRF$) Тренировка 1

2. [https://youtu.be/E\_nEtwRh0yI](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/E_nEtwRh0yI__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3ksvTIstUs$) Тренировка 2

3. [https://youtu.be/4vPIwnUjbiI](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/4vPIwnUjbiI__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3kstDKPWqa$) Тренировка 3

4. [https://youtu.be/O4OUhfqGdvE](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/O4OUhfqGdvE__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3kspRMj7Ef$) Тренировка 4

5. [https://youtu.be/NfM89KKt7po](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/NfM89KKt7po__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3ksioJ9PvZ$) Тренировка 5

6. [https://youtu.be/NEj\_nisaZAk](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/NEj_nisaZAk__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3kslpIY6cG$) Тренировка 6

7. [https://youtu.be/Pp2LU6LiTCk](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/Pp2LU6LiTCk__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3ksibcAvZv$) Тренировка 7

8. [https://youtu.be/hyeZj9QX1mc](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/hyeZj9QX1mc__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3kskML4iBj$) Тренировка 8

9. [https://youtu.be/l0v3djbd2hY](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/l0v3djbd2hY__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3ksnxoeJJ8$) Тренировка 9

10. [https://youtu.be/eSZT0-\_wtpI](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/eSZT0-_wtpI__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3ksooeXyia$) Тренировка 10

11. [https://youtu.be/GDgdfYhzWXo](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/GDgdfYhzWXo__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3ksqCg81Q-$) Тренировка 11

12. [https://youtu.be/EW\_ZoKO7Gb4](https://urldefense.com/v3/__https%3A/youtu.be/EW_ZoKO7Gb4__;!!MOA0!Ow_WibdPe8bO_p5qmHUoGvCIjEaYrx8kiuU8wxIiihZ9ippKuJr8FW1quMZypd3ksqRaIk1i$) Тренировка 12