

## Тренировка от Елены Черняевой



Всероссийская акция «Тренируйся дома. Спорт - норма жизни».

Сегодня мы предлагаем потренироваться дома с череповчанкой Еленой Черняевой. Елена - Мастер спорта по легкой атлетике летом 2019 года завоевала две золотые и одну серебряную награды на чемпионате России по легкой атлетике в Чебоксарах. В июне 2019-го в Открытом чемпионате Вологодской области по легкой атлетике на призы газеты «Красный Север» она пришла первой к финишу на дистанциях 100 и 200 метров.

Видео [https://vk.com/video29648539\\_456239177?list=cfa00eb6721a85ccbf](https://vk.com/video29648539_456239177?list=cfa00eb6721a85ccbf)