

- GYMNASTIQUE AU SOL

Pratique de gymnastique au sol avec initiation aux agrès tels que la poutre et le mini trampoline.

Les objectifs de la gymnastique pour enfants et adolescents à partir de 6 ans :

Développer des connaissances et apprentissages des figures gymniques

Développer des compétences acrobatiques

Développer des aptitudes physiques (équilibre, souplesse, capacités musculaires) ainsi que la concentration