



## La Gymnastique Artistique

« La gymnastique artistique est une discipline athlétique consistant à enchaîner des mouvements acrobatiques sur les agrès » Définition d'après Wikipédia.

La gymnastique c'est aussi des bonnes parties de rigolades, des petits défis entre gymnastes, une bonne entente avec les coachs, des défaites mais surtout des victoires toutes les deux positives.



Les **barres** sont un agrès où se développent coordination et finesse pour parvenir à s'élever dans les airs.



L'équilibre est une vertu première pour évoluer à la **poutre** avec maîtrise, souplesse et grâce tel un funambule.



Être rapide, précis et léger comme un oiseau pour s'envoler et tout l'art du **saut de cheval**.

C'est au **sol** que les gymnastes peuvent le mieux exprimer leur talent artistique, il leur faut également faire preuve de qualités athlétiques et d'endurance pour enchaîner des éléments acrobatiques très variés. Cet agrès est la preuve que la gymnastique artistique est un sport complet.



« *La gymnastique c'est magique, que tu sois raide ou souple, grand ou petit, confirmé ou débutant tu as ta place car la gymnastique est d'abord un sport d'équipe.* »