La gym, - 1/1

Ayant été en sport étude pendant quatre ans, je vais ici vous expliquer ce qu'est la gym, la vrai, et vous démontrer que cela n'a rien a voir avec la gym pratiquée au lycée, qui elle, est un véritable calvair. Et au fait, l'aérobic, vous connaissez ??? Filles et garçons, c'est pour vous !!!

Alors comma ça on s'intérresse à mon article ??? Génial !!! Comme ça, je vais pouvoir vous en dire un peu plus sur la gymnastique, mais aussi sur un sport qui n'est que peu connu : l'aérobic sportive.
Vous vous souvenez de cette dernière scéance de gym que vous avez faites au lycée... Oui... Le prof criait en disant que vous n'étiez tous que des bons à rien, et vous, vous n'aviez qu'une envie : vous allonger sur le tapis et piquer un somme jusqu'à l'heure de maths...

La gym en club, ça n'a rien à voir : on évolu sur différents agrès (barre poutre sol saut de cheval). Tous on leurs atouts, et sont variés. Le mieux pour les filles, c'est le sol. On y associe accrobaties, danse et grace, tout en bougent sur une musique choisie, qui peut aller de la valse, à une salsa endiablée sur laquelle bouger son corps devant les yeux des mecs n'est pas déplaisant... Essayez ! Pour cela, il faut vous rendre sur le site de la fédération française de gymnastique. Sur leurs site, vous pourrez découvrir de nombreuses activités telles que l'accrosport, ou bien encore le tumbling, qui est un mélange de trampoline et de gym, réservé aux casse-cou...
Tout à l'heure, je vous parlais de l'aérobic. Ce sport, peu connu, est fait aussi bien pour les filles que pour les garçons. Ben oui les p'tits mecs : ce sport vous permettra de développer votre musculature, tout en cotoyant des filles dynamiques, belles et sportives, qui n'hésiterons pas à venir se frotter à vous lors de chorégraphies ou de portés. Là aussi pour voir des photos, rendez-vous sur le site que je vous ai indiqué avant. Ce sport mélange musculation, gym, souplesse, dynamisme, coordination, mais aussi la facultée à intéresser le public lors de compétitions, grace à des mimiques réalisées lors de compétitions. Ce sport peut se pratiquer en solo, trio, mais aussi en groupe de six et plus ! Une bonne façon de délirer et de passer du bon temps avec ses amis !