



«Акробатика – спорт сильных,  
смелых, ловких»





Акробатика появилась за много лет до нашей эры. Первоначально акробатами называли не только спортсменов, занимающихся этим спортом, но и различных канатоходцев, танцовщиков, актеров.

На профессиональный уровень этот вид спорта вышел лишь в начале XX века.



Термин "акробатика" родился в Древней Греции. "Akrobates" в переводе с греческого означает "тот, кто ходит на носках" ("akros" - тот, кто на конце, "bitis" - ходить). Древние эллины придавали большое значение гармоническому развитию человека; особое внимание уделяли его физическому совершенству.



# Парно- групповая акробатика

## Женские виды





# Мужские виды



Вольтажные упражнения представляют собой действия, связанные с бросками и ловлей партнера.



# Силовые упражнения (баланс)

