



Akrobatyka sportowa

Akrobatyka to świetna okazja do przełamania swojego strachu i podniesienia swojej pewności siebie tak na zajęciach, jak i w życiu codziennym.

Zajęcia odbywają się raz w tygodniu w dwu grupach wiekowych:

6-8 lat

9-15 lat.

Są to grupy dla początkujących.

Akrobatyka to min.:

- budowanie świadomości własnego ciała
- budowanie elementów siłowych, koordynacyjnych
- przygotowaniu ciała do elementów akrobatycznych dzięki rozciąganiu
- rytmice w układach oraz podnoszeniach

Zajęcia prowadzi **Kacper Kangur Złotkowski**, wieloletni tancerz oraz instruktor akrobatyki i breakingu na scenie Polskiej i światowej, wciąż aktywny zawodnik.

