



© Thomas Schreyer

TeamGym permet aux gymnastes de développer esprit d'équipe, polyvalence, sens de l'acrobatie et synchronisation.

TeamGym se pratique en équipe masculine, féminine ou mixte de 6 à 12 gymnastes sur 3 agrès : le sol, le tumbling et le mini-trampoline. La combinaison de ces trois agrès, qui sollicitent des qualités différentes, font du TeamGym une discipline très complète.

LE SOL | Synchronisation et chorégraphie

Praticable non dynamique : 12 x 12 m

Mouvement chorégraphique d'ensemble

LE MINI-TRAMPOLINE ET SAUT | Acrobatie et dynamisme

Table de saut: 1,35 m

Course d'élan : entre 22 et 25 m

3 passages de 6 gymnastes en cascade

LE TUMBLING | Acrobatie et puissance

Piste gonflable : 15 x 2 m

Aire de réception : 6 x 2,40 m

3 passages de 6 gymnastes en cascade