

Que é o Acrosport?

É un deporte consolidado dentro da ximnasia, que combina as habilidades de forza, coordinación e axilidade potenciando o traballo en equipo e o compañerismo entre os seus integrantes.

Queredes afondar máis ??

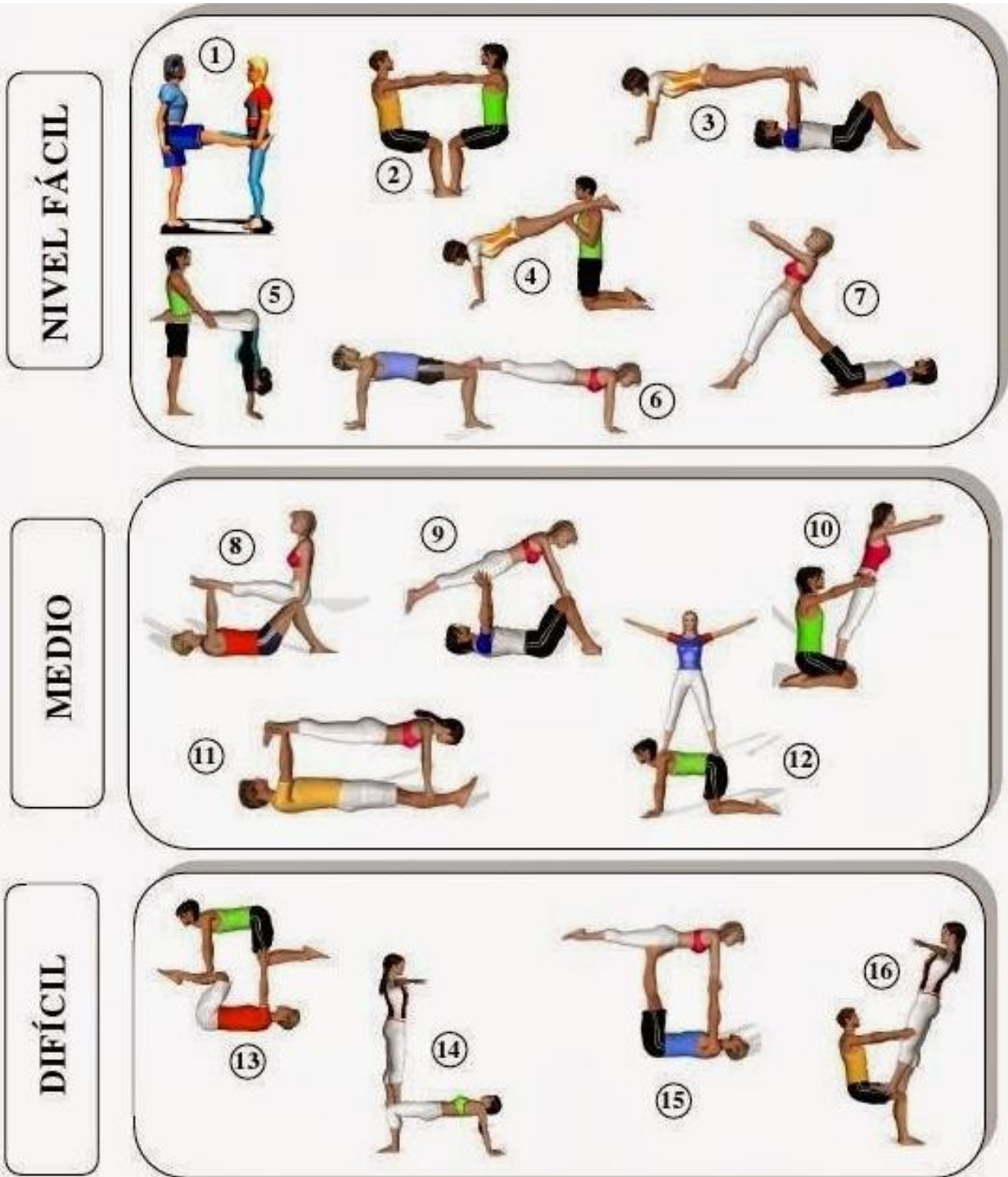


<https://www.youtube.com/watch?v=vvPeevzGyxs> (Vídeo explicativo do Acrosport)

<https://www.youtube.com/watch?v= ZJeXzJ352k> (exemplos de Acrosport)

✚ Diferentes **posibilidades e niveis de dificultade** para a práctica do Acrosport en familia. Escollede aquela postura que se adapte máis ás vosas circunstancias. **Ánimo !!**

FIGURAS DE PARELLAS



FÍGURAS DE TRÍOS

NIVEL FÁCIL



NIVEL DIFÍCIL



FIGURAS DE CUARTETOS

NIVEL FÁCIL

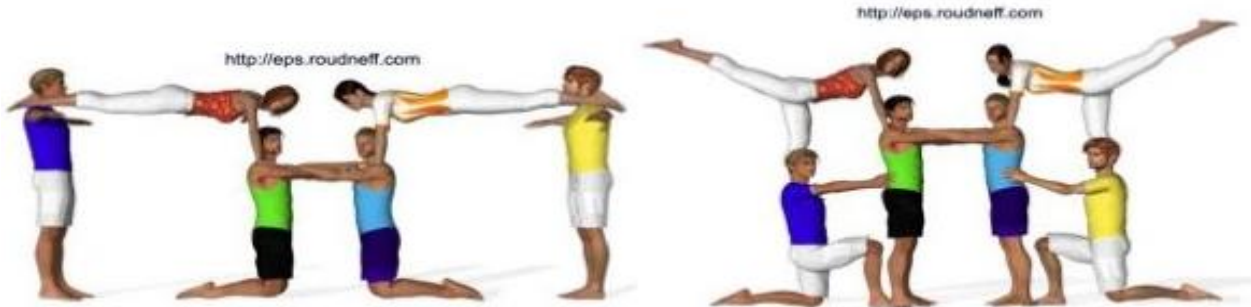


NIVEL DIFÍCIL



FIGURAS: 6 OU MÁIS PERSOAS

ACROSPORT FIGURAS DE 6 PERSONAS Sesión 5º



¡GRACIAS!

