

Salle des Fêtes PONT de METZ

Mardi 3 octobre à 18h30



Venez découvrir des nouvelles disciplines



LE PARKOUR:

Le parkour, aussi connu sous le nom de Yamakasi, c'est l'art du déplacement, être capable d'évoluer en utilisant le mobilier urbain. Le parkour, peut commencer à être pratiqué à l'âge de 7 ans et sans limite d'âge. Le parkour englobe plusieurs disciplines qui descendent des deux formes principales du parkour :

LA VITESSE avec : Le Chase tag, et le SpeedRun ainsi que
Le FREESTYLE (plus acrobatique) avec Le Freestyle et le Tricking



LE HIP HOP:

Le Hip-Hop est un type de danse urbaine qui regroupe plusieurs styles de danse, il peut être pratiqué à partir de 5 ans sans limite d'âge.-Le BreakDance, qui est le style Hip-Hop le plus acrobatique et le plus pratiqué en compétition avec notamment les championnats du monde appelé RedBullBC One

Acti-Gym Pont-de-Metz

 **06 32 37 70 07**
 **actigym80@gmail.com**