

Аэробика (спортивная)

Аэробика (спортивная) - вид спорта, развившийся из оздоровительной аэробики (ритмической гимнастики), сочетание ритмических движений, акробатических упражнений, упражнений на силу и гибкость, выполняемых под музыку в непрерывном режиме. По спортивной аэробике проводятся командные первенства и показательные выступления с различным количеством участников

Источник: ПРИКАЗ Председателя Москомархитектуры от 15.07.2004 № 108

"ОБ УТВЕРЖДЕНИИ РЕКОМЕНДАЦИЙ ПО ПРОЕКТИРОВАНИЮ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИХ ШКОЛ РАЗВИВАЮЩИХСЯ И НЕТРАДИЦИОННЫХ ВИДОВ СПОРТА"