

La GRS

La GRS signifie gymnastique rythmique sportive la GRS a été découverte en 1940 par l'URSS sa première victoire a été en 1963 c'est une discipline sportive a composant artistique proche de la danse classique car c'est un sport pour personne souple utilisant plusieurs engins d'adresses

Les engins

Il y a les ballons les cerceau les massues le rubans et la corde

Nos prestations

Les prestations sont notés par les juges en fonction des difficultés et du niveau qui est parfois très élevé les gymnastes évoluent soit un groupe ou en solo

La coupe du monde

La coupe du monde, tournoi est organisé par saison, qui est divisé en plusieurs étapes qui se déroule tout au long de l'année civile. Le vainqueur est désigné en additionnant les performances réalisées durant les différentes étapes.

La grs masculine

Il existe aussi de la GRS pour garçon ce qui se fait maintenant autant que pour les filles les championnats sont souvent extravagant est étonnant pour le public

Composition

Selon le code pointage de la FIG, un exercice de gymnastique rythmique peut être exécuté individuellement ou en ensemble de cinq gymnastes^[1].

Il doit durer entre 1 min 15 s et 1 min 30 s pour les individuelles et 1min 30s et 2min 30 s pour les ensembles.

Quizz :

En quelle année a été inventé la grs ?

Y a-t-il de la grs masculine de nos jours ?

Combien y a-t-il d'engins ?

La grs est -elle un sport ?