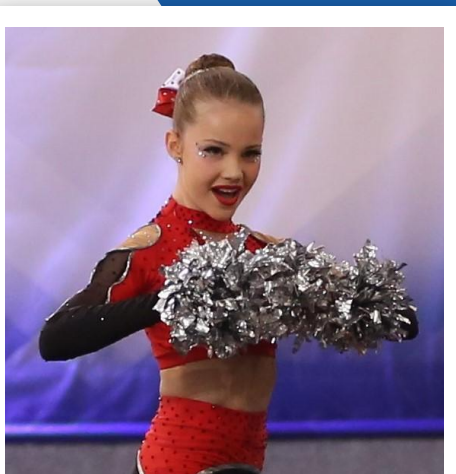




# CHEERLEADING

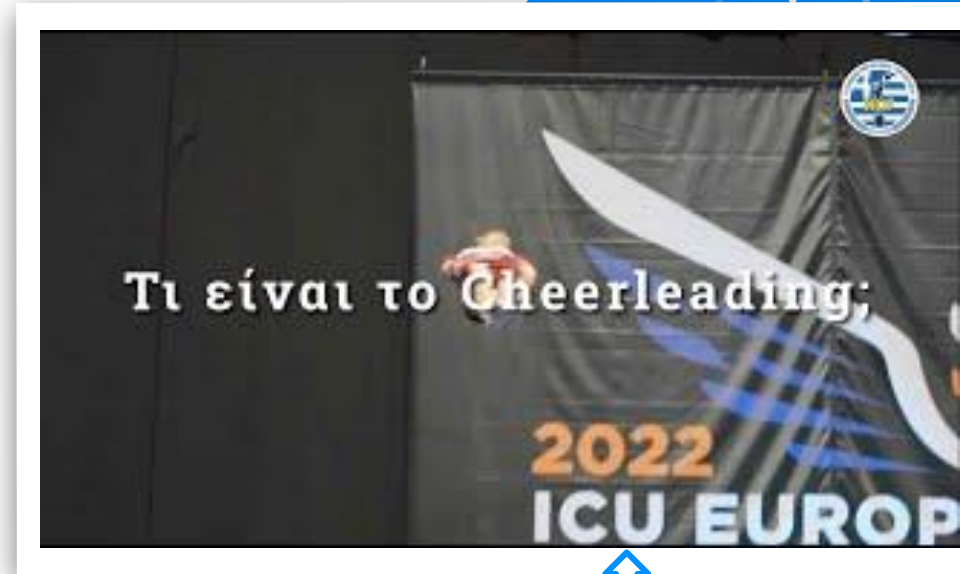
## ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΑΔΙΚΟΣ ΧΟΡΟΣ

[www.cheerleading.gr](http://www.cheerleading.gr)



# Τι είναι το Cheerleading ;

- ★ ΤΟ CHEERLEADING ΕΙΝΑΙ ΟΜΑΔΙΚΟ ΑΘΛΗΜΑ
- ★ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ ΧΟΡΟ & ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ
- ★ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ ΣΕ ΟΛΑ ΤΑ ΚΟΡΙΤΣΙΑ & ΑΓΟΡΙΑ ανεξαρτήτως σωματότυπου ή ταλέντου
- ★ ΗΛΙΚΙΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΞΕΚΙΝΗΣΩ: 4 ΕΤΩΝ ΚΑΙ ΠΑΝΩ



VIDEO



# Τι μας προσφέρει το Cheerleading:

Φιλία

Ομαδικότητα

Συνεργασία





Τι μας προσφέρει  
το Cheerleading:

Διασκέδαση

Χορό-Γυμναστική

Αγώνες



# Τι μας προσφέρει το Cheerleading:

Ευλυγισία

Δύναμη

Αντοχή





# Τι μας προσφέρει το Cheerleading:

Υγεία

Χαρά

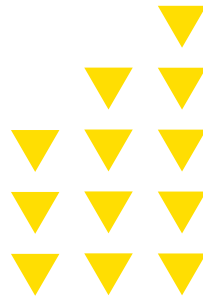
Ευεξία



Πως να ξεκινήσεις  
**Cheerleading**



- ★ Ενημερώσου απο τη σελίδα της Ελληνικής Ομοσπονδίας Cheerleading **cheerleading.gr**
- ★ Βρες έναν αθλητικό σύλλογο κοντά στην περιοχή σου που να κάνει cheerleading και γίνε μέλος της ομάδας
- ★ Δες video απο ομάδες cheerleading για να καταλάβεις τα αγωνίσματα
- ★ Διάλεξε το αγώνισμα που σου ταιριάζει
- ★ Πάρε μέρος στους αγώνες της Ομοσπονδίας





# To Cheerleading

ΧΩΡΙΖΕΤΑΙ ΣΕ 2 ΜΕΓΑΛΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ



# A) PERFORMANCE CHEER (ΧΟΡΕΥΤΙΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ)

- ★ CHEER POM
- ★ CHEER HIP HOP
- ★ CHEER JAZZ
- ★ HIGH KICKS

Σε αυτές τις κατηγορίες  
υπάρχουν και ζευγάρια



## **B) ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΟ CHEERLEADING**

- ★ ΠΥΡΑΜΙΔΕΣ
- ★ ΠΕΤΑΓΜΑΤΑ
- ★ ΑΚΡΟΒΑΤΙΚΑ
- ★ ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΕΔΑΦΟΥΣ





# ΗΛΙΑΚΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

(για παιδιά δημοτικού)

- ★ **Primary** (κορασίδων / παιδων)  
Δ-Ε-ΣΤ Δημοτικού
- ★ **Mini** (παγκορασίδων / παμπαιδων)  
Α-Β-Γ Δημοτικού





**ΣΕ ΠΕΡΙΜΕΝΟΥΜΕ  
ΣΤΟ ΠΙΟ ΣΥΝΑΡΠΑΣΤΙΚΟ ΑΘΛΗΜΑ**

[www.cheerleading.gr](http://www.cheerleading.gr)