Funky aerobik

Autor *Michal Bábela*
Vytvorené *29/03/2010 - 22:07*

Definícia

Aeróbne cvičenie na špecifickú hudbu štýlu funky. Funk (funky) je populárny medzi mládežou a predstavuje aj špecifický životný štýl. Na rozdiel od klasického aerobiku sa využíva hudba modifikovaným spôsobom. Funky má pred cvičiacimi na začiatku rešpekt, pretože cvičenec pohľadom vníma jeho zvládnutie ako obtiažne napriek tomu, že štruktúra pohybu je charakterizovaná pohupovaním tela [1]do rytmu hudby.

URL adresa zdroja: https://www.sportency.sk/encyclopedy/?q=content/funky-aerobik

Odkazy:
[1] http://www.youtube.com/watch?v=9cbMrb4lhUo