

Matériel de Gym Rythmique GR, pour vous aider à acheter



2. LE CERCEAU

Debout, les pieds joints, mets le cerceau contre tes jambes.

La taille du cerceau **correspond à la taille de tes jambes** (cerceau placé à côté des hanches).

Il est possible de **personnaliser** tes cerceaux avec du **ruban adhésif**.

3. LES MASSUES

Positionne la massue sur ton bras droit.

La **taille de massue** doit correspondre à la **taille de ton avant-bras** (de l'intérieur du coude jusqu'au bout des doigts).

Pour t'entraîner, tu dois toujours avoir 2 massues.



1. LA CORDE

Pieds joints, place la corde sous tes pieds. Les **extrémités de la corde** doivent arriver à **côté des aisselles**.

Il est possible d'ajuster la taille de la corde : demande à un adulte de couper la corde et de brûler les extrémités pour éviter qu'elle ne s'effiloche.

L'astuce pour avoir la meilleure prise possible : faire des noeuds !




[Ruban de Gymnastique Rythmique \(GR\) de 4 mètres DOMYOS | Decathlon](#)

[Corde de Gymnastique Rythmique \(GR\) de 165 gr Turquoise pailleté DOMYOS | Decathlon](#)

[Ballon de Gymnastique Rythmique de 165 mm DOMYOS | Decathlon](#)

[Cerceau de Gymnastique Rythmique de 65 cm DOMYOS | Decathlon](#)



DOMYOS

Ruban de Gymnastique Rythmique (GR) de 4 mètres - rose

12€

★★★★☆ 4.7/5 Voir les 52 avis

Nos concepteurs ont conçu ce ruban répondant aux besoins spécifiques de la GR en entraînement et en compétition pour les gymnastes de plus jeune âge à 11 ans.

Ce ruban conçu pour la pratique de la Gymnastique Rythmique (GR) répond aux besoins spécifiques de ce sport : manabilité et légèreté.

Questions & réponses

COULEUR : Rose corail fluo

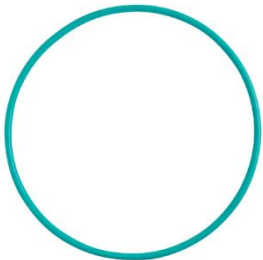
Livraison à domicile - sous 1 à 2 jours

Disponible

Livraison en magasin gratuite : Strasbourg Hautepieperie

Disponible

Voir les autres magasins



DOMYOS

Corde de Gymnastique Rythmique (GR) de 3 mètres Violet pailleté

9€

★★★★☆ 4.4/5 Voir les 9 avis

Nos concepteurs ont conçu cette corde répondant aux besoins spécifiques de la GR en entraînement et en compétition pour les gymnastes des plus jeunes âge.

Notre corde conçue pour la pratique de la Gymnastique Rythmique (GR) répond aux besoins spécifiques de ce sport : manabilité et légèreté. Cette corde souple est ajustable en longueur.

Questions & réponses

COULEUR : Violet pourpre


Livraison à domicile - sous 1 à 2 jours

Disponible

Livraison en magasin gratuite : Strasbourg Hautepieperie

Disponible

Voir les autres magasins



DOMYOS

Cerceau de Gymnastique Rythmique de 65 cm Émeraude

8€

★★★★☆ 4.7/5 Voir les 84 avis

Nos concepteurs ont conçu ce cerceau de 65 cm pour les gymnastes de 6 à 11 ans répondant aux besoins spécifiques de la GR en entraînement & en compétition.

Ce cerceau conçu pour la pratique de la Gymnastique Rythmique (GR) répond aux besoins spécifiques de ce sport : manabilité, flexibilité & résistance.

Questions & réponses

COULEUR : Vert émeraude


Livraison à domicile - sous 1 à 2 jours

Disponible

Livraison en magasin gratuite : Strasbourg Hautepieperie

Disponible

Voir les autres magasins



DOMYOS

Ballon de Gymnastique Rythmique (GR) de 16,5 cm - rose pailleté

13€

★★★★☆ 4.9/5 Voir les 24 avis

Nos concepteurs ont conçu ce ballon répondant aux besoins spécifiques de la GR en entraînement & en compétition pour les gymnastes du plus jeune âge à 13 ans.

Ce ballon conçu pour la pratique de la Gymnastique Rythmique répond aux besoins spécifiques de ce sport : manabilité & légèreté.

Questions & réponses

COULEUR : Rose corail fluo

Livraison à domicile

Disponible

Livraison en magasin gratuite : Strasbourg Hautepieperie

Disponible

Voir les autres magasins

Tenue Club Loisir - Justo sans manche



Justaucorps sans manche **DANS LA LIMITE DES STOCKS DISPONIBLES** (Il n'y a pas toutes les tailles!) Lorsque votre...

Prix :

20,00 €

[Gym Concordia \(gym-concordia.com\)](https://www.gym-concordia.com)

Tenue Club Loisir - Justo manches longues



Justaucorps manches longues **DANS LA LIMITE DES STOCKS DISPONIBLES** (Il n'y a pas toutes les tailles!) Lorsque votre...

Prix :

35,00 €