

ОГЛАВЛЕНИЕ

Требования к исполнению программы в чирлидинге	4
Значение «чир-блока» в чирлидинге	5
Понятие «станты» и их разнообразие	8
Пирамиды, их виды и значение в чирлидинге	14
Виды тоссов в чирлидинге	16
Акробатика в дисциплинах чирлидинга	17
Критерии исполнительского мастерства в чирлидинге	19
Основные этапы подготовки программы в чирлидинге	21
Список использованной литературы	24