

# La pole dance un sport à part entière



Pole dance un réel sport ? Encore considérée comme une danse érotique, la pole dance tente d'être considérée comme une discipline sportive à part entière et à juste titre vous pourrez le constater par vous-même en regardant la vidéo qui suit. La pole

dance nécessite de la souplesse, de la force, de l'agilité, de l'endurance mais aussi de la virtuosité.

Le principe de la pole dance est de danser et faire des acrobaties autour d'une barre sur un plateau. Et bien pour ceux qui croyait que c'était de la danse de Cabaret vous allez être surpris .N'hésitez pas à laisser vos commentaires après avoir vu la vidéo. Bonne lecture.



*Jean Philippe*

