**Питання для повторення пройденого матеріалу: Лекція 7**

1. Коли і хто вперше запропонував використовувати хореографічно упорядковані гімнастичні вправи під музику для занять аеробікою?
2. Яка спрямованість лежить в основі класифікації видів аеробіки?
3. Що таке Степ-аеробіка?
4. Що таке роуп-скіппінг?
5. Що таке фітбол-аеробіка?
6. Які з наведених програм входять до комплексу програм з аквааеробіки?
7. Що являє собою програма з бодібілдингу?
8. Яка мета занять калланетикою?
9. Яка мета занять шейпінгом?

В чому полягає особливість виконання вправ за системою Пілатеса?