

Retro...actif Il y a 30 ans

Le journal officiel de la FSG Montreux change sa présentation. La couverture est redessinée par Florian Gret et, par la même occasion, LE GYMNASTE MONTREUSIEN devient MONTREUX GYM.

Camp d'entraînement à Charmey

Grâce à l'initiative du président Luigi Demartini, la société a mis sur pied un camp d'entraînement à Charmey dans le canton de Fribourg du 26 au 28 avril 1974, à l'intention des actifs et de tous les membres que la "chose" intéresse. A l'époque, c'était une nouveauté car, généralement, les camps avaient lieu dans le cadre d'associations faitières. C'était donc la première fois qu'une section se lançait dans cette aventure.

Le village Gruérien si sympathique de Charmey, sur la route de Jaun, a été choisi pour les ébats de nos gymnastes. Le programme, élaboré avec minutie, est très varié; il touche notamment la gymnastique aux engins, l'école du corps, l'athlétisme, la natation, les courses d'orientation, voire même secourisme. Chaque discipline a son responsable : L. Demartini pour les engins, G. Barbey pour l'école du corps, M. Jost pour l'athlétisme, P.-H. Jost pour l'orientation et le secourisme. La subsistance aussi est assurée par leur soins. Le "chef" de cuisine - le vice-président P. Gex - s'était assuré la collaboration d'une équipe d'honoraires spécialistes en la matière (J. Berset, H. Mermod, J. Muller) qui ont su faire honneur à leur "patron". Du reste, le dimanche, tous les membres étaient invités à goûter cette cuisine pour un prix modeste.

Ce cours était placé sous l'égide de "jeunesse et sports", le départ était prévu le vendredi soir à 19 h et le retour à 20h.

Week-end très concluant qui a été renouvelé durant plusieurs années.

Communication

Le comité de la FSG Montreux lance un appel aux membres de bien vouloir remplir le "sondage auprès des membres" que la présidente a établi. Ce questionnaire permettra de mieux cibler les points à améliorer et permettra de perfectionner la société. Merci.

(comm.)

Les 3 points de l'actu...

- 1) L'assemblée générale
- 2) Tout tout sur Laetitia Gruffat
- 3) Les horaires de la FSG Montreux



REPAS DE SOUTIEN

7 mai 2004 dès 18h30
souper à 19h30

Adulte	60 frs
Enfant (5 à 12 ans)	25 frs

Animation musicale - Apéritif - Démonstration Fantaisie Rock'n roll - Bal/disco - Tombola

MENU

Mini assiette d'hors d'oeuvres
avec pâté en croûte et divers choix de salades

Fricandeaux de boeuf aux pleurotes
Galette de roesti
Jardinière de légumes

Salade de fruits fraîche servie en coque de biscuits
Crème chantilly

Café

Renseignements : Emmanuel Demartini, 021 922 34 07 ou
manudemartini@fsgmontreux.ch

Fitness

Les cours du mercredi tombent à l'eau

Depuis quelques mois, Silvia, monitrice de fitness, avait constaté le manque de motivation des sportifs à venir au cours les mercredis. Après plusieurs appels sans succès pour attirer du monde, la décision d'annuler ce cours a été prise. Dorénavant, seuls les lundis de 20h00 à 21h30 au Collège de Montreux-Est sont assurés, heureusement, avec un grand succès.

Le comité profite de remercier Mlle Monica Kolodziejczak pour avoir assuré quelques leçons en remplacement de Silvia.

Membres : gratuit
Non-membres : 5 frs par leçon

(comm.)

ASSEMBLEE GENERALE

Le vendredi 12 mars 2004, au réfectoire de la salle Omnisports de CLarens s'est déroulée l'assemblée générale 2004 de la FSG Montreux. Parmi les présents, 2 sautoirs d'honneur : Francis Depallens et Claude Moura, 2 membres d'honneur : Yvette Depallens et André Gruaz, ainsi que quelques fidèles membres honoraires travaillants et non travaillants, selon le terme de la FSG !

Hommage au disparu

Le 30 janvier 2004, Monsieur Roger Mayor, membre d'honneur, s'en est allé dans sa 87ème année. Il avait fait ses débuts en 1928 comme gymnaste. Par malheur (selon ses dires) il était allé à une assemblée générale, à l'époque de Jules Emery, et avait été élu secrétaire de comité, malgré lui. Une minute de silence lui a été donnée en

Admission

Monitrice du groupe Kid Gym : **Joelle Righetti**. Groupe artistique fille : **Sandrine Vernex**, née il y a exactement 16 ans, le 12 mars 1988. Groupe artistique garçon : un jeune homme qui se prénomme **Manoé Betrix**. Moniteur Kid Gym et artistique garçon : **Romain Genoud**.

Démission

Claudine Duperrex, après 24 ans de fidélité, a décidé de démissionner pour des raisons de santé. **Laurent DePasquale**, membre depuis 24 ans aussi, mais plus actif depuis 18 ans est radié des registres, n'ayant pas réglé ses cotisations ces deux dernières années.

Rapport de la Présidente

Esther Suter, Présidente, a débuté son rapport avec, comme mot d'ordre, "SOLIDARITE". Elle a cité en exemple des propos dits par le président central de la

FSG qui dirige la plus grande fédération sportive en Suisse: "...beaucoup de gens se préoccupent uniquement d'eux-mêmes. Nombre de jeunes préfèrent une fédération de sport fabriquée sur mesure pour leur branche sportive purement individuelle. Mais la solidarité et la tolérance sont incontournables, aussi dans notre société. Juniors et seniors cohabitent, le sport de masse soutient le sport élite et en profite. Un échange perpétuel circule entre grandes et petites sociétés, gymnastes féminines et masculines, jeunes et moins jeunes. Sans cette solidarité, la FSG à laquelle nous appartenons n'a pas d'avenir.

Pour la suite, cette chère Esther a communiqué à l'assemblée une proposition de la FSG de former des groupes de performances, autrement dit des leçons à deux vitesses, vu les fourchettes d'âges trop grandes dans les groupes (actifs 16 à 50 ans, dames et hommes 25 à 80 ans etc.) de la fédération, c'est pourquoi elle a analysé la situation au sein de la FSG Montreux: "...Nos honoraires représentent presque 3/5ème, les actifs ont entre 14 et 42 ans et la fourchette d'âge chez les dames est de 46 à 80 ans. Je dirais que nous sommes une société non pas à deux mais à plusieurs vitesses qui englobe des gymnastes d'ambitions et d'objectifs très différents.

Le mot SOLIDARITE est toujours d'actualité, Esther rappelle que lors de manifestations qui concernent l'ensemble de la société, la tolérance et l'ouverture d'esprit sont primordiales. "...je sais que vous aimez tous vous réfugier dans vos groupes, par exemple à l'occasion des fêtes de Noël mais, lors de manifestations communes, il faut peut-être faire un effort supplémentaire pour se présenter à son voisin.

Pour terminer, Esther a concocté sur papier un sondage d'opinions distribué à tous les membres et, si tout le monde joue le jeu, cela permettra d'améliorer la société au fil du temps.

"...comme vous le voyez, je suis trop occupée pour me retirer de ma fonction ! Mais je vous ai dit l'année passée que personne n'est irremplaçable et que je ne cachais pas le souhait d'être remplacée. Cette phrase n'a rien perdu de sa valeur ! Je suis toujours

Rapport du Président Technique

Depuis 8 ans, Emmanuel Demartini occupe la présidence technique; donc, pour la 8ème fois, il lit son rapport qui résume 1 an de vie gymnique en commençant par les plus petits, **MINI-GYM** : (tous les lundis de 16h15 à 17h15 à la salle de gymnastique d'Etraz) "...après une petite période de rodage, depuis maintenant deux ans, le groupe a pris sa vitesse de croisière, avec à son bord, une moyenne de 15 gymnastes sous les ordres de leurs deux capitaines : **Angéla et Martine** qui n'hésitent pas à suivre cours et séminaires". Ensuite, c'est au tour de l'**ECOLE DE BASE** qui, pour leur dernière année à la tête de ce groupe - Anne, Christelle et Maria - ont dispensé plus de 40 leçons les mercredis de 18h00 à 19h30 à la salle de gymnastique de Montreux Est. "...en décembre, tout s'est terminé. C'est avec gratitude pour toutes ces années passées comme monitrices que je leur souhaite bonne route et j'espère que nous les croiserons souvent autour de la salle, ou à la cantine" après ce petit vœux exprimé, l'analyse continue avec le groupe **JEUNE GYMNASTE** qui, dorénavant, s'appelle Jeunesse depuis janvier 2004 et regroupe une vingtaine de jeunes filles et jeunes garçons se rendant tous les lundis de 18h00 à 20h00 à la salle de gymnastique de Montreux Est sous la direction de Laetitia, Joëlle, Valérie et Michaël. "...Un travail sur la tenue, la technique, la coordination musicale et de groupe, tout cela en 2 heures, pas facile mais cela ne freine pas la motivation de nos jeunes moniteurs. Ils ont même participé à leur première compétition alors que le groupe n'avait même une année. Un résultat moyen les a sanctionnés mais qui démontre tout de même leur marge de progression. Concernant les

DAMES, (les jeudis de 20 à 22h à la salle Montreux-Est) 5 d'entre elles ont participé à la Cantonale vaudoise des jeux à Lausanne, marquant un grand retour à la compétition. "Un 12^{ème} rang sur 17 équipes laisse augurer de belles années devant elles. Si l'on songe qu'elles n'ont pas été favorisées par un règlement plus que flou, une qualification olympique aurait été possible". Après l'effort, le réconfort, c'est peut-être pour cela que le groupe dame a choisi de voyager à Cuba (voir MIG no 26). Un retour à la compétition également pour les **ACTIFS** emmenés par Laurent. Pas très loin puisqu'ils ont participé aux championnats romands de sociétés. Manifestation organisée par les JP de Vevey, la compétition s'est déroulée juste à côté, à la salle omnisports. Un avantage du terrain dont ils ne surent pas profiter. Un exercice parfaitement exécuté, techniquement et en exécution, mais dépassé par les prescriptions, dicit les juges. Ce n'est pas trop grave pour ce retour aux affaires, une motivation encore plus grande les anime pour cette année. Et pas seulement pour le volley ou l'uni-hockey qu'ils ont pratiqué cet hiver les vendredis de 20h00 à 22h00 à Montreux Est. Une motivation qui ne quitte pas nos **SENIORS** tous les mardis soirs de 20h00 à 22h00. Des leçons alternant le Hi-low, le cario-vasculaire, le jeu et le stretching. Tout cela mené de main de maître par Michel. "...c'est pas leur courte défaite contre les actifs qui les empêche de garder le sourire. Les championnats du monde, cela sera pour une autre fois...". Malheureusement, n'ayant fait qu'une brève apparition, la monitrice n'a pu poursuivre ses leçons pour des raisons de santé, le **TRAMPOLINE** n'a donc toujours que deux groupes d'individuels. Mais pas n'importe lesquels. Deux groupes qui font bien des envieux. Peut-être pas à la Fédération nationale - savent-ils seulement s'il connaissent la société en dehors des cotisations et licences ? - mais en Romandie en tout cas. En **GAF**, entendez gymnastique artistique féminine, 12 gymnastes ont représenté Montreux aux quatre coins de la Suisse avec des résultats (suite page 124)

(le rapport du Président Technique suite)

dépassant largement tout ce que les grands pontes de Macolin peuvent prédire. Avec actuellement un maximum de 12 heures par semaine, ces filles se classent sur les podiums des compétitions cantonales et dans les 10 premières lors des concours nationaux. Félicitations à toutes les gymnastes et à leurs entraîneurs. En 2003, ces filles ont également représenté la ville de Montreux et, accessoirement du Mont, lors des Jeux Internationaux pour Ecoliers à Graz en Autriche. Pour les garçons, **GAM**, les résultats sur le plan national sont plus en retrait. Lors des compétitions cantonales et vaudoises, les gymnastes montreusiens atteignent régulièrement les podiums. Félicitations aussi à eux et à leurs entraîneurs. En anticipant sur 2004, les lecteurs du Montreux Info Gym ont pu constater que certains garçons sont allés en Belgique à la fin janvier pour participer à un challenge international avec des Français, Luxembourgeois, Anglais, Polonais et Belges évidemment. " ...en plus du côté ludique et touristique, je puis vous assurer que nous avons le niveau technique. Deux de nos gymnastes pourraient même être membres du cadre espoir luxembourgeois, j'attends encore les propositions financières du **FITNESS** : quel succès lors de la journée montreusienne en novembre dernier. Sous les conseils et la démonstration de Silvia, plus d'une centaine de membres se sont mis à sauter, courir, s'étirer, transpirer. Pour participer à ses leçons, 2 soirs étaient proposés - les lundis et mercredis de 20h00 à 21h15 à la salle de Montreux Est-. A noter que si la fréquentation des cours du lundi est excellente, celle du mercredi laisse à désirer (la décision de stopper les cours de mercredi a été prise peu de temps après l'assemblée).

Dans son rapport, Manu ne voulait pas retourner le couteau dans la plaie mais ne voulait pas non plus ignorer que le Gala 2003 n'a pas eu lieu pour les raisons que tout le monde connaît et il a transmis à l'assemblée que cela ne veut pas signifier qu'il est enterré (avis aux amateurs). Satisfaction tout de même pour le comité puisqu'un concours interne, attendu depuis longtemps, a permis de réunir les

Finances

Par manque de temps (Florian Chapalay était à l'armée), une vérification approfondie n'a pas pu avoir lieu les quelques jours précédant la séance. Pierre-François Boretti, seul représentant des vérificateurs le soir de l'assemblée à 19 h a procédé à une pré-vérification. Les comptes de l'exercice 2004 ne sont donc pas encore adoptés, le caissier pas encore déchargé et les vérificateurs pas encore remerciés. Ce travail devra donc s'accomplir lors de l'assemblée d'Automne 2004.

Après une libération négociée avec ses supérieurs, le représentant de la caisse a soumis deux budgets, un avec une perte de 440 frs et l'autre bénéficiaire avec une augmentation de certaines cotisations. Le deuxième budget a été voté et accepté. En effet, la licence des groupes artistiques ne sera plus payée par la société mais facturée aux parents et les cotisations semestrielles du groupe mini-gym montent à 50 frs depuis septembre prochain. Florian, a terminé ses explications en annonçant sa démission en 2005 et il ne reviendra pas sur sa décision.

Le comité des vérificateurs des comptes de l'année prochaine comprendra André Gruaz (rapporteur), Michel Dey (vérificateur) et Henriette Valotton

Election statutaire

Le Président Technique a accompli, à l'entière satisfaction des membres, 2 législatures c'est-à-dire 8 ans. Selon les statuts de la société sous point 4.2.1, il est nommé par l'assemblée générale pour un mandat de 4 ans et n'est rééligible que pour une seconde législature. Suite à la convocation reçue, personne ne s'est annoncé, ni dans les délais ni hors délais, pour le remplacer. Il s'est représenté donc lui-même pour une autre législature, voire 2 au maximum, chose acceptée avec acclamation. C'est reparti pour 4 ans.

Honorariat

Selon les statuts, les gymnastes qui ont convenablement rempli leurs obligations de membres actifs ou actives durant 25 ans à la FSG, mais au minimum 15 ans dans la section, passent MEMBRES HONORAIRES. Cette année deux gymnastes ont été proposés : **Francis Depallens** et **Giacomo Saya** (absent).

Après ces modifications, la société compte aujourd'hui 3 sautoirs d'honneur, 10 membres d'honneur, 34 membres honoraires et 52 membres

Propositions et communications du Comité

1) Suite à un deuil dans sa famille Didier s'est excusé de son absence mais a néanmoins une communication importante à faire et il a chargé Esther de cette tâche. "...nous avons vendu 176 abonnements de lotos jusqu'à présent, mais il faut persister dans l'effort et essayer de vendre absolument les 100 abonnements pour mars en donnant un dernier coup de cravache ! Merci à tous ceux qui sont venus nous donner un coup de main pour ranger la salle lors des 2 premiers lotos. On peut même le faire avec des béquilles ! Petit conseil : Ne venez pas en habit du dimanche ni en chaussures à talons et bouts pointus !"

2) Le comité a aussi émis un désir : la recherche d'un local pour se retrouver régulièrement en dehors des salles de gym. Un local où des trophées peuvent être exposés avec une ambiance de reviens-y. Cela pourrait être un caveau par exemple. Les boissons

Propositions individuelles

Francis Depallens remercie pour son statut de membre honoraire et se permet de revenir sur les lotos en insistant bien que cela n'est pas du tout "ringard", que cette année, c'est une année extraordinaire et que, bientôt, il faudra ouvrir les gradins pour accueillir les joueurs. Il remercie aussi le Comité et rend attentif les jeunes de ne pas attendre que les membres du CO se fatiguent pour les remplacer. Espérons que le message a été

Comité administratif

Présidents d'honneur : Florian Gret et Nelly Jost
Président central : Esther Suter
Vice-président : Laurent Demartini
Président technique : Emmanuel Demartini
Caissier : Florian Chapalay

secrét. + PV : Judith Bron
MIG : Marielle Grandin
Membre : Didier Valenzano
Archiviste : P.-F. Boretti
Cantonnier : Andréas Dreier
Porte drapeau : sera désigné selon les activités

Comité technique

Président : Emmanuel Demartini
Mini-gym : Martine Dupourqué et Angela Antenucci
Kid gym (nouveau) : Laetitia Gruffat, Joëlle Righetti, Romain Genoud,
Jeunesse : Michael Ciuffani, Joëlle Righetti et Valérie Baeli
Artistique fille : Franca Demartini, Janine Bertschy, Lorène Chamorel, Irène Gruaz, Valérie Wicht,
Artistique garçon : Emmanuel Demartini, Nicolas Murbach, Florian Chapalay, Romain Genoud
Actifs : Laurent Demartini
Dames : Henriette Vallotton
Seniors : Michel Dey
Monitrices Fitness : Silvia Marchesini et Monika Kolodziejczak (non membres)

Clôture de l'assemblée

Les derniers mots ont été pour la présidente qui, avant de clôturer l'assemblée à 21h50, rappelle que cette assemblée est le principal organe décisionnel et qu'elle occupe la plus haute place dans la hiérarchie de la FSG Montreux.

DES 2005, LE COMITE PROPOSE 2 POSTES A REPOURVOIR : SECRETARIAT, FINANCES. VENEZ INTEGRER UNE EQUIPE SYMPATHIQUE ET DYNAMIQUE. VOUS NE LE REGRETTerez PAS !!!!!

Le Saviez-vous ???

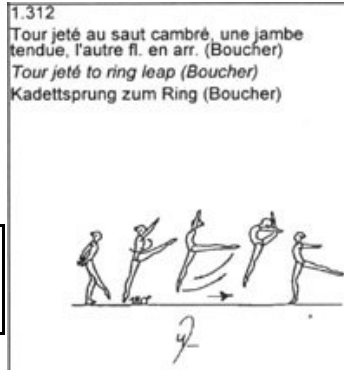
Pour qu'un élément à un engin porte le nom d'un ou d'une gymnaste, il faut qu'il ait fait l'objet d'un dossier d'homologation instruit par sa Fédération, et déposé auprès de la FIG.

L'élément doit être présenté et réussi lors d'une compétition officielle de la FIG.

C'est le comité technique compétent (masculin, ou féminin) qui valide ou non l'homologation et intègre l'élément au code de pointage. 286 gymnastes (154 masculins et 132 féminines) de 42 pays ont laissé leurs noms à 395 éléments. (211 pour les garçons et 184 pour les filles)

EXEMPLES

Nom : **Karine Boucher**
Né le : 28 - 07 - 1972
Ville : Orléans
Pays : France
Créatrice d'un élément au sol



Homologué à l'occasion des Championnats du Monde en 1991, à

Nom : **Philip Chartrand**
Né le : 23 - 12 - 1963
Ville : Laval
Pays : Canada (Québec)
Créateur d'un élément aux barres- parallèles (grand tour arrière et salto ca avec 1/2 t. à la susp. sur l'extrême

- Es-tu à l'origine de l'idée ? Qu'est-ce qui a déclenché le travail de cet élément ?

PhCh : Oui, je suis à l'origine du "Chartrand". En travaillant le double en sortie en bout de barres avec départ de soleil, j'ai eu le flash de faire un lâcher de prises et de reprendre les barres.

- Combien de temps s'est déroulé entre l'idée et la maîtrise ?
PhCh : De l'idée à la première réussite : une semaine. Puis deux mois pour la première réalisation en compétition.

L'élément a été homologué à l'occasion du championnat du

Qui sait, un jour, il y aura peut-être un élément qui s'appellera le "Demartini" ou encore le "Boaventura", pourquoi pas aussi le "Brönnimann"...

(comm.)

- Es-tu à l'origine de l'idée ? et qu'est-ce qui a déclenché le travail de cet élément ?

KB : c'est une idée qui m'a semblé originale, un jour où l'entraînement était libre. J'ai eu l'envie de faire quelque chose d'un peu différent et surtout de personnel.

- Combien de temps a-t-il fallu pour le réaliser ? Quelqu'un t'a-t-il aidé ?

KB : quelques semaines : le temps de trouver l'emplacement dans la chorégraphie, ... + le temps de le perfectionner. Mon entraîneur

Nom : **Lojze Kolman**

Né le : 05 - 02 - 1967

Ville : Ljubljana

Pays : Slovénie

Créateur d'un élément à la barre-fixe (le Kovacs vrille)

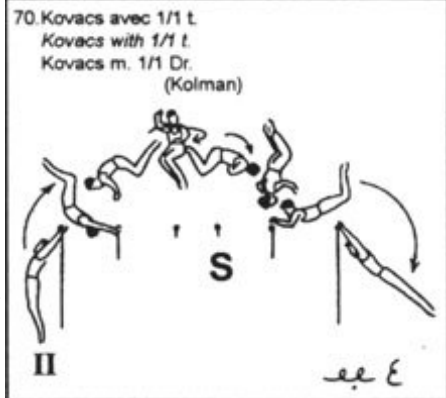
L'élément a été homologué à l'occasion du championnat du Monde par spécialités en 1992, à Paris.

- Qui est à l'origine de l'idée et comment as-tu travaillé cet élément ?

LK : Mon entraîneur est à l'origine de l'idée et m'a aidé

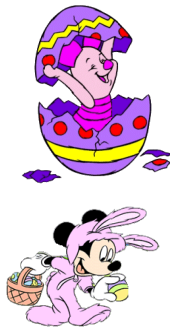
dans le travail de cet élément. J'ai mis un an pour le réaliser et six mois de plus pour le présenter en compétition.

Je n'ai jamais douté.



anniversaires du mois HAPPY BIRTHDAY A

Jean-Tancrède HAMON né le 03.04.1998
Sara DEMARTINI née le 05.04.1997
Elodie RIGHETTI née le 06.04.1994
Clara JORDIL née le 10.04.1995
Bernard BARBEZAT né le 10.04.1947
Manoé BETRIX né le 13.04.1988
Sébastien HACHE né le 13.04.1994
Emilie HACHE née le 13.04.1993
Joël CHERIX né le 16.04.1993
Nadir TREUDHARDT né le 18.04.1999
Alexia BIRO née le 20.04.1997
Mickael CIUFFANI, né le 21.04.1981
Philippe FRANCEY né le 23.04.1985
Henri MERMOD né le 29.04.1931



anniversaires de mai HAPPY BIRTHDAY A

Christiane FUHRER, née un 1er mai
Laurie COMTESSE, née le 02.05.1989
Louis LAPOINTE né le 10.05.1999
Esther SUTER, née un 12 mai
Francis DEPALLENS, né le 13.05.1944
Angela ANTENUCCI née le 14.05.1968
Valérie WICHT, née le 15.05.1980
Anne DEPALLENS, née le 19.05.1973
Jenny BOAVENTURA, née le 21.05.1992
Emma LESUEUR, née le 21.05.1998
Martine DUPOURQUE, née le 22.05.1960
Pierre-François BORETTI, né le 25.05.1947
Livia SUTER, née le 27.05.1983
Didier VALENZANO, né le 27.05.1963
Valérie BAELI, née le 27.05.1990
Fanny TAUXE née le 29.05.1998
Jessica JOLIQVIN, née le 29.05.1996



Veillez excuser la rédaction en cas d'oubli de dates de naissance et vous remercie de le signaler afin d'éviter les mêmes erreurs les prochaines fois.

Tout, tout, tout vous saurez sur... Laetitia GRUFFAT

Pas totalement inconnue de la FSG Montreux, Laetitia, en 2002, avait accepté de prendre la responsabilité du groupe Jeune Gymnaste appelé aujourd'hui Jeunesse pour, ensuite, s'occuper du groupe Kid Gym. Mais qui est-elle vraiment ?

MIG : Laetitia, pourrais-tu te présenter

Laetitia Gruffat : j'ai 22 ans, j'habite un appartement à Montreux et je suis éducatrice spécialisée. J'ai deux jours de formation par semaine et le reste du temps je travaille avec des personnes déficientes mentales.

MIG : as-tu des loisirs, des passions autres que la gym ? lesquels ?

LG : j'aime le théâtre que je ne pratique malheureusement plus depuis quelque temps, ainsi que voyager. Quand j'ai un peu de temps, j'aime dessiner, bricoler,...

MIG : quel est ton parcours gymnique jusqu'au monitariat ?

LG : petite je faisais les pupilettes, puis les agrès à la FSG Montreux et, après, j'ai fait plusieurs années de gym dans la société de Chillon où j'ai fait mes débuts de monitariat. Puis retour à Montreux pour le groupe agrès et, quelques années plus tard, pour le groupe jeunesse et le groupe kid Gym actuellement.

MIG : la mise en place du groupe Jeunesse ne devait pas être facile, quelle était donc ta motivation ?

LG : je trouvais qu'il y avait un manque dans la société et c'était un peu un défi de mettre quelque chose en place, défi qui, pour le moment, semble réussi !

MIG : l'expérience devait être excellente puisque tu as décidé de la renouer avec le groupe Kid Gym ; mais quelles sont les vraies raisons de ce changement ?

LG : tout simplement parce que s'il n'y avait pas de groupe en dessous du groupe Jeunesse, nous risquions de ne plus avoir ou d'avoir moins de gymnastes pour la suite.

MIG : après un peu plus de 3 mois d'entraînements, quelles sont tes impressions ?

LG : bonne mais les gymnastes sont plus jeunes et c'est donc une toute autre méthode à utiliser et le dynamisme n'est pas le même. Il faut encore que je m'adapte un peu !

MIG : tous les mercredis, 2 autres moniteurs t'accompagnent, peux-tu nous les présenter ?

LG : depuis peu de temps nous sommes même quatre ! Il s'agit de Romain qui est également entraîneur en artistique garçon et qui nous apporte des méthodes spécifiques à la gymnastique artistiques, ce qui est très positif. Il y a Joëlle, également monitrice dans le groupe Jeunesse. Elle est ma bouée de sauvetage pour les fois où je suis absente et s'investit énormément pour la société. Puis le dernier arrivé s'appelle Nelson, c'est le papa de l'un des gymnastes, il nous donne un bon coup de main afin que cela permette de ne jamais se retrouver à moins de deux moniteurs par entraînement. Je profite, par cette occasion, de remercier tous ces moniteurs pour leur investissement et leur sérieux pour ce groupe de gym.

MIG : dans ce groupe, il y a des filles et des garçons avec une différence d'âge qui peut aller jusqu'à plus

de 3 ans, comment organises-tu tes entraînements ?

LG : les gymnastes ont pratiquement tous le même âge. Les entraînements s'organisent de la façon suivante : échauffement en musique puis jeu; ensuite, nous faisons environ trois quarts d'heure d'exercices au sol ou au saut, de la tenue du corps, de la souplesse et de la force, puis de nouveau un jeu et, pour terminer, de la relaxation et du stretching. Bien entendu, il peut arriver que nous fassions un entraînement différent tel que parcours d'obstacles, athlétisme,...

MIG : quels sont tes objectifs avec ce groupe ?

LG : les objectifs premiers répondent aux besoins que le groupe jeunesse a pour accueillir un gymnaste. Idéalement, le gymnaste devrait acquérir des compétences de bases gymniques telles que : une bonne tenue du corps, une familiarisation avec le "vocabulaire" gymnique ainsi que quelques compétences au sol, au saut, aux anneaux, à la barre fixe pour les filles et aux barres parallèles pour les garçons.

MIG : en novembre dernier, il y eut la Journée Montreusienne de Gymnastique, comment as-tu vécu cette expérience avec la Jeunesse ? quelle est ton opinion sur le fait d'inclure cette manifestation dans l'agenda annuel de la société ?

LG : le groupe jeunesse a pu bénéficier à la fois de cette journée montreusienne et à la fois d'une soirée de gym avec la FSG Chillon. Le mélange était parfait mais il est vrai que le Gala représente une fête, un spectacle important aux yeux des enfants, pour montrer leur progrès à leurs parents. L'idéal serait de pouvoir faire les deux !!!!

MIG : si tu devais décrire la FSG Montreux quels mots emploierais-tu ?

LG : soutien et indépendance (à la fois, nous nous sentons soutenus par la société et, en parallèle, nous sommes indépendants dans nos choix gymniques et de ce que l'on fait ce qui, à mes yeux, est un bon mélange pour le bon fonctionnement d'une société)

MIG : dernière question juste pour nous rassurer : penses-tu faire un long chemin dans la société ? ? ? ? ?

LG : j'aimerais répondre oui mais, malheureusement, ma profession ne me permet pas d'assurer un long chemin gymnique; enfin bref, le futur nous le dira !

Merci Laetitia et nous te souhaitons beaucoup de succès avec ton nouveau groupe.

MIG

Kid Gym

Objectifs : formation des gymnastes pour des compétitions individuelles vaudoises par le développement de la condition physique, de la tenue

et de la souplesse. **Age** : de 5 à 7 ans. **Entraînement**: salle de gymnastique du Collège de Montreux-Est. **Jour, heure** : mercredi de 17h30 à 19h30. **Responsable** : Mlle Laetitia Gruffat - ch. de la Boriodaz 26 -

La FSG Montreux présente ses horaires

groupe	lieu	jour	heure	responsable
mini-gym mixte 4 à 5 ans	Collège d'Etraz	lundi	16h15 à 17h15	Angela Antenucci 021 963 78 12
kid Gym mixte 5 à 7 ans	Collège Montreux-Est	mercredi	17h30 à 19h30	Laetitia Gruffat 021 963 73 83
jeunesse mixte 8 à 15 ans	Montreux-Est	lundi	18h00 à 20h00	Michael Ciuffani 021 960 46 36
artistique fille	Salle Omnisports Clarens	lundi mercredi jeudi vendredi	16h30 à 19h30 16h30 à 19h30 16h30 à 19h30 16h30 à 19h30	Franca Demartini 021 922 34 07
artistique garçon	Omnisports Omnisports Montreux-Est	mardi mercredi vendredi	17h30 à 20h00 16h30 à 19h30 17h00 à 20h00	Emmanuel Demartini 021 922 34 07
actif mixte	Montreux-Est	vendredi	20h00 à 22h00	Laurent Demartini 079 637 76 67
dame	Montreux-Est	jeudi	20h00 à 22h00	Henriette Vallotton 021 960 26 81
senior	Montreux-Est	mardi	20h00 à 22h00	Michel Dey 021 922 94 62
fitness mixte	Montreux-Est	lundi	20h00 à 21h30	Silvia Marchesini 078 630 06 54

artistique garçon

Manche de qualification aux championnats suisses juniors le 20 mars 2004 à Aigle

Programme 1 (15 gymnastes)
1er David Demartini 43,60 pts
13ème Joël Cherix 33,25 pts

Programme 3 (8 gymnastes)
1er Axel D'Addarion 46,65 pts (blessé)
4ème Pierre-Alain Pilloud 37,75 pts

Programme 6
1er Julien Mattenet 31,50 pts

Les qualifiés aux championnats suisses juniors sont :

David Demartini en P1 - Pierre-Alain Pilloud en P3 - Julien Mattenet en

Loto pour cette année, c'est fini

les lotos de cette année ont été meilleurs pour la société et ceci grâce aux membres qui ont joué le jeu en vendant des abonnements. Grâce aussi aux personnes qui sont venues, parfois exprès après les lotos, pour ranger la salle. Malheureusement, depuis que ce système a été instauré (la FSG Montreux est chargée du rangement tandis que les autres sociétés ont d'autres tâches) ce sont toujours les mêmes qui se dévouent soit Laurent et quelques actifs. La cause est un manque de communication ce qui va être remédié l'année prochaine.

Prochain numéro
mai 2004
dernier délai de rédaction
30 avril 2004

Adresses

la Présidence

Esther Suter
av. Nestlé 21
1820 Montreux
021 961 13 63
esthersuter@fsgmontreux.ch

Le Montreux Info Gym

Marielle Grandin
rte Carroz-Derrière 9
1844 Villeneuve
021 968 24 57
journal@fsgmontreux.ch

L'AGENDA

17-18 avril

Compétition individuelle et par équipe GAF
Utzenstorf /BE

17-18 avril

Cantonale Bernoise/Fribourgeoise GAM
Utzenstorf/BE

24-25 avril

Cantonale Genevoise GAM
Genève

24-25 avril

Cantonale St-Galloise GAF
Oberbüren

8-9 mai

Cantonale Zürichoise GAF
Tann

9 mai

Fête des mères

15-16 mai

Cantonale Vaudoise GAF et GAM
Morges

20 mai

Ascension

21 mai

Coupe de l'Amitié GAF et GAM
Morges

22 et 23 mai

Cantonale Bernoise GAF
Interlaken

30 mai

Pentecôte

6 juin

Championnats Vaudois Jeunesse
Nyon

12-13 juin

Championnats Suisses Juniors GAF
Lucerne

12-13 juin

Championnats Suisses Juniors GAM
Schaffouse

19 juin

Cantonale Vaudoise des jeux dame et senior
Moudon

En bref

Les participantes aux jeux internationaux pour écolier à Cleaveland/USA (MIG no 27 de mars 2004) sont Mélissa Valenzano, Sandrine Vernex, Laurie Comtesse, Stéphanie Falbriard, Jenny Boaventura. Les entraîneurs qui les accompagnent sont Franca Demartini et Valérie Wicht.

Un copieux repas de soutien, voir page 123, est proposé aux personnes désirant aider ces représentantes de Montreux dans leur voyage. Alors bon