

Retro...actif Il y a 30 ans

Fête régionale actifs de Blonay
Ah si...

Ah si l'on avait commencé le concours des sauts aux minis-trampolines plus tard personne n'aurait glissé sur la piste encore détrempée de rosée...

Ah si l'in de nos meilleurs gyms ne s'était pas luxé le doigt quelques jours avant le concours...

Ah si tout le monde avait pu participer à tous les entraînements. Ah si... Ah si... Ah si les poules avaient des dents !

Bien classés 4^{ème} de la régionale, tous nous cherchions une excuse à notre résultat peu satisfaisant à nos yeux, n'avons-nous pas réalisé 1.18 pts de moins que lors de la Fête Fédérale de Winterthur ?

Les « Ah si » ou (assis pour certains) sont des excuses faciles. Ils font partie des impondérables ; en aucun cas ils doivent servir d'excuses pour justifier une prestation.

Ne cherchons pas d'excuses, mais reprenons nos entraînements.

Résultats du concours :

Barres parallèles	28.30
Sol (programme double)	28.91 (2x)
Sauts	28.25

Total	114.37

En bref

- Même si, actuellement, nous sommes en période de rentrée, des félicitations de réussite d'examen ne sont jamais trop en retard : bravo à Théo Kenklies, Hendrik Ludwig et Estelle Gétaz pour leur certificat de fin de scolarité.

- Elisa Burnier doit mettre en parenthèse durant plusieurs mois toute activité gymnique suite à son opération d'un genou. Bon rétablissement !

- Damien Dufaux a malheureusement dû interrompre son école de recrue, une explosion trop prêt de son oreille remet peut-être en cause sa formation de para-commando. Aujourd'hui, il s'en remet bien et attend impatiemment la permission d'y retourner.

Les 3 points de l'actu...

- 1) Une médaille aux ICG
- 2) Bilan semestriel plutôt positif pour le groupe actif
- 3) Paris, propice pour un bon camp d'entraînement

CONVOCATION

Assemblée d'automne

02 octobre à 20h30

Buvette salle Omnisports du Pierrier

Par respect, une excuse auprès du Président de la Société vous est demandée.

Séance technique – 22.08.15 *Sous un beau soleil*

Ce samedi-là, l'été était revenu depuis 3 jours, non pas caniculaire heureusement, mais juste ce qu'il faut pour une séance dans le jardin de notre président à Corsier.

Tout était prévu, p'tit déj. pour réveiller les moniteurs et nous, membres du comité (nous en avons bien besoin pour se mettre dans le bain), une séance technique enrichissante, une partie théorique avec un cours de réanimation et, comme récompense d'avoir encore « sacrifié » du temps pour la gym, des grillades en compagnie de nos familles.

Oui, tout était prévu pour passer une bonne journée, ce fut le cas.

Le Comité

35+

« Camp d'entraînement » à Paris

Début du voyage: Villeneuve 5h24 + 9 minutes de retard pour le train... Normal, on est dans le canton de Vaud, on a droit au 1/4 d'heure ! Après le ramassage scolaire nous arrivons à Lausanne où nous prenons possession de nos sièges dans le TGV et, vu l'heure, nous attaquons un superbe déjeuner concocté par Isabelle, Natacha et Hélène : thé, café, tresse et confitures « maison », cela a fait des envieux...

Sur ce, le pote du mari d'Hélène qui bosse au MOB - Montreux-Oberland-Baris - lui fait la conversation; il semblerait qu'il aime bien ses chaussures si délicatement posées sur le siège. Les discussions vont bon train (ça tombe bien, on y est justement !) et tout le wagon en profite...

C'est avec la panse bien remplie que nous rentrons dans la gare de Lyon, terminus de notre voyage. Quelle stupéfaction lors de notre arrivée à l'hôtel St-Christopher's Inn : personne ne parle français ! Sommes-nous bien à Paris ? Quand on veut prendre possession de nos chambres, bizarre, il faut sonner pour ouvrir la porte (hein, Elena !?)

Et voilà, c'est parti, début de « l'entraînement » : galerie Lafayette avec sa coupole et sa splendide vue sur Paris, passage au Hard Rock Café bondé par les fans d'ACDC qui prenaient des forces avant le concert du soir-même... Du coup, changement de programme ! Et là, grâce à notre beau bus vert, nous avons pu faire les vraies touristes en balade : Les Champs-Élysées au soleil et pas sous la pluie, les sacrées nanas au Sacré-Coeur, 8 drôles de dames à Notre Dame, les belles à la Tour Eiffel et on a même évité le calvaire avec les Filles du Calvaire. Notre sortie culturelle nous a finalement amenées au Théâtre des Bouffes parisiens pour la pièce « A gauche en sortant de l'ascenseur » avec Stéphane Plaza et son équipe. On a bien rigolé, mais il faut avouer qu'il est meilleur vendeur qu'acteur.

Nos papilles gustatives ont également été magnifiquement comblées entre les spécialités du Sud-Ouest au restaurant le J'Go et les délices de Cyril Lignac dans sa Maison Chardonnoux. Il est important de bien se nourrir après des efforts...

Si vous voulez en savoir plus sur notre périple parisien, n'hésitez pas à aller consulter notre rétrospective photographique sur le site www.tige-natacha.fsgmontreux.ch et vous verrez tous les selfies des 35+ à Paris !!!;-) Vraiment top la tige à selfies à Natacha surtout lorsqu'elle est mise sur « on », il est vrai que cela fonctionne mieux...

Et nous voilà au terme de notre séjour, nous devons songer à rentrer. Nous préférierions rester un peu plus longtemps dans la capitale, mais après « l'aventure de Titine et l'escalator à contre sens » où nous avons failli la perdre (d'épuisement) ! ;-)) il était plus raisonnable de rentrer. Midi et quart, retour donc en TGV avec, cette fois-ci, un majestueux pique-nique. Mmmmmhhhhh...

Vivement le prochain camp !

Anniversaires de septembre Happy Birthday à

Baptiste SAUDAN, né le 03.09.1981
 Nicola VACCHINI, né un 4 septembre
 Akiyo NUNEZ, né le 05.09.2009
 Hendrik LUDWIG, né le 06.09.1999
 Leonard VAN LOOK, né le 07.08.2009
 Gérald BARBEY, né le 07.09.1946
 Soana CALVO, née le 08.09.2010
 Bernard GRET, né le 08.09.1955 (60 ans)
 Véronique PERRIN-BUSSET, née le 09.09.1956
 Viviana DALL'ACQUA, née le 11.09.2007
 Elouan FIVAZ, né le 13.09.2007
 Illian FERCHICHI, né le 19.09.2007
 Hannah GEIS, née le 21.09.2010
 Emilie CHEVALLEY-RONDEL, née le 21.09.1985 (30 ans)
 Charlotte MULLER, née le 23.09.2010
 André BLANC, né le 24.09.1940
 Lola KOCHER, née le 26.09.2004
 Clara FERREIRA-RIVERO, née le 29.09.2009
 Julien GRANDIN, né le 30.09.1996
 Hélène JORDAN, né le 30.09.1975 (40 ans)
 Mady PERRET, née un 30 septembre

Anniversaires d'octobre Happy Birthday à

Maria MERCURI, née le 08.09.1971
 Lea MREJAJ, née le 09.10.2009
 Marie GRET, née le 10.10.1922
 Jean-Pierre JOST, né le 13.09.1953
 Walter SCHNEIDER, né le 14.10.1925 (90 ans)
 Léonard GUCKERT, né le 15.10.2009
 Karin VOUILLOZ, née le 15.10.1975 (40 ans)
 Ouardia TOUTOU, née le 16.09.1979
 Célia DEPALLENS, née le 17.10.2005 (10 ans)
 Anne-Catherine BORETTI, née le 19.10.1957
 Diogo DE JESUS, né le 23.10.2002
 Laurent DEMARTINI, né le 27.10.1965 (50 ans)
 Werner JOST, né le 28.10.1923

Il était une fois le



Habituellement en automne, cette manifestation a été déplacée au printemps et, au vu d'un calendrier déjà chargé en compétitions durant cette période, il ne restait plus que le jeudi de l'Ascension. Ce ne fut pas un problème pour notre jeune Président d'organisation qui a dirigé son comité - déjà bien rodé il est vrai - sur la route du succès.

Oui, le succès a été au rendez-vous, du matin au soir, le déroulement de ce championnat s'est fait sans encombre, les

Je tiens à remercier tout le comité d'organisation pour son implication lors de ce Championnat Romand. Celui-ci s'est très bien déroulé et je pense que les gymnastes ont eu beaucoup de plaisir à faire cette compétition. De plus, nous avons très bien défendu nos couleurs face aux centres de formation que sont Genève et Neuchâtel. Alors que demander de mieux !

Je pense qu'à ce jour notre club possède des personnes ressources comme vous qui sont justes essentielles à sa pérennité. Et que sans ces personnes la vie du club, que ce soit les finances, la convivialité ou bien même l'identité ne serait que diminuée. Comme le disait Calvin Coolidge "Personne n'a jamais été honoré pour ce qu'il a reçu. Les honneurs reviennent à ceux qui ont donné."

Jonathan

compliments n'ont pas été timides et la fréquentation de la cantine, bien fournie comme à chaque fois, non plus.

L'organisation d'une manifestation permet d'augmenter notre trésorerie, mais elle donne surtout l'occasion de nous rassembler autour de la gymnastique et c'est aussi pour cela que des membres s'investissent autant.

Le comité de la FSG Montreux remercie Jonathan d'avoir pris les rênes de cette compétition ainsi que tous les bénévoles, vous êtes des Champions !

MD

Tous les résultats des compétitions GAM et GAF sont sur le site
www.fsgmontreux.ch

35+, bien seules cette année ☹️

Mais où sont-elles passées nos concurrentes ? Nous nous sommes senties bien seules dans notre catégorie. Ce fut une déception mais en aucun cas une démotivation, au contraire, car à un certain âge, il n'y a pas que le fit et fun, nous sommes aussi capables d'exercer de la GYSS 35+ avec des productions certes non acrobatiques mais tout aussi gymniques et nous n'aimerions pas que cette discipline disparaisse des concours. Alors oui, nous avons donné notre maximum en espérant que d'autres suivront...

Le maximum n'a pas été suffisant pour garder le titre Vaudois, injuste mais pas grave, nous avons le Romand...

Championnat Suisse de Société 12.09.2015 Yverdon :

GYSS 35 + : 9h25 par beau temps
9h25 par pluie

stade Municipal + patinoire
stade Municipal + salle des Isles



MD



Jeux Internationaux pour Ecoliers

du 24 juin au 1er juillet 2015
à Alkmaar / Pays-Bas

A peine 6 mois après les Jeux en Australie, la délégation du Swiss Team Riviera s'est rendue du 24 juin au 1er juillet à Alkmaar, aux Pays-Bas, pour participer aux 49e Jeux Internationaux pour Ecoliers. Une équipe de 45 personnes comprenant 35 sportifs, 4 délégués des villes et 6 coachs ont représenté Vevey et Montreux lors de ces joutes mondiales. 5 gymnastes (Kim Nicolet, Solène Saugy, Estebann Tissot, Yannick Depallens et Diogo De Jesus) accompagnés de leurs entraîneurs (Franca et Emmanuel Demartini) étaient du voyage.



Si nos chefs de délégation ont parfaitement organisé notre séjour et nous ont permis de passer une semaine pleine de rencontres et de visites (les moulins et non les coffeshop), sur place les organisateurs ont été plus que suffisants. Des cérémonies d'ouverture et de clôture sans relief, des dortoirs et sanitaires plus que limites... Heureusement que les installations sportives ont été à la hauteur.

Nos gymnastes ont présenté leurs exercices plus ou moins selon leurs capacités. Le niveau des filles était une fois encore très élevé ce qui n'a pas intimidé Kim et Solène. Elles ont présenté des passages propres, hormis quelques soucis pour Kim à la poutre, et terminent en milieu de classement. Chez les garçons, la concurrence était plus restreinte et plusieurs équipes n'ont pu se

présenter au complet. Les soucis des uns faisant le bonheur des autres, c'est ainsi qu'Estebann, Yannick et Diogo remportèrent une belle médaille de bronze, félicitations.



Notre délégation a ramené deux autres médailles en natation, un réel exploit sachant le niveau toujours extraordinaire dans ce sport. L'athlétisme (plusieurs finales) et le football (7ème) étaient nos autres disciplines.

Une fois encore ce séjour restera présent chez chacune et chacun, peut-être pas comme l'une des éditions des plus enthousiasmantes, mais, comme à l'armée, en ne retenant que les meilleurs moments ! A relever le comportement exemplaire de nos gymnastes.

Un grand merci aux villes de Vevey et Montreux, en particulier à leur délégué sportif, et nous nous réjouissons de participer à nouveau lors d'une prochaine édition avec de la gymnastique artistique fille et/ou garçon, pas avant 2018 malheureusement.

Manu

CS Junior le 06.06.2015 à Neuchâtel - GAM



Théo Kenklies (P5) ne s'est pas laissé impressionner, lors de ce Championnat Suisse Junior, il s'offre une belle 15^{ème} place. Malheureusement, pour Titouan Fivaz (P1), il est un peu passé à côté de ces CS mais cela ne démerite en aucun cas sa sélection.

(comm.)

Actif-mixte

Saison en effectif réduit

La troisième saison du groupe actif-mixte au sol a débuté par de grands changements : des départs et arrivées de gymnastes, un nouveau sol (merci la société pour cette couche de Dimas, manque plus que la salle ☺) et surtout une nouvelle production conforme au changement du règlement.

De janvier à la première compétition de la saison, il s'est déroulé 4 mois d'entraînements, ce fut juste assez pour finir le montage et l'exécution de la production. C'est donc à la Coupe des Bains à Yverdon que nous sommes allés pour la première fois cette année nous mesurer à d'autres sociétés : 16 gymnastes inscrits, 13 présents sur le sol ; la cause ? des blessures, des accidents, c'est ça la gym, il faut faire avec... 4 minutes de production, 4 minutes de concentration, d'effort et aussi de quelques fautes. Résultats ? pas de finale, logique, mais une satisfaction et, surtout, de la lucidité quant au travail restant à fournir.

Deux semaines plus tard, après quelques petites modifications, nous revoilà dans le bain des compétitions avec le Championnat Vaudois à Morges. Bien que nous passions après Aigle, une des sociétés les plus fortes au sol, nous prouvons que même avec un effectif un peu réduit, nous arrivons à montrer une jolie production. Au classement, nous avons terminé juste après les meilleurs.

On finit la saison à Aigle par le Championnat Romand. Réveil et départ tôt, très tôt pour certains, puisque nous passons en premier. Même avec un effectif encore réduit, nous proposons aux juges une de nos meilleures productions dont nous sommes capables de faire pour l'instant : propre, claire et dynamique. La note n'y est peut-être pas mais le classement et la motive quant à eux y sont.

Prochain rendez-vous le 12 septembre à Yverdon pour le Championnat Suisse avec, souhaitons-le, le retour de nos blessés. Sachant notre niveau, nous y allons d'abord pour se faire plaisir avec l'espoir de voir de la motivation chez chacune et chacun afin de présenter un superbe sol digne de nos capacités et de notre société.

Alors venez nombreux, ce n'est pas loin.

David

Championnat Suisse de Société 12.09.2015 Yverdon :

Production sol
Par beau temps 10h25 stade Municipal
Par pluie 10h25 salle de Marive

Actif production barres parallèles

Entre injustice, surprise et honneur

Après une belle saison 2014, 2015 était une inconnue puisque de nouvelles prescriptions de jugement ont pris effet au 1er janvier. Mais elles ne nous ont été connues que depuis mars, c'est pourquoi il a été préférable de maintenir notre exercice et notre musique. Quelques petites adaptations ont été intégrées tout au long des divers concours suite aux retours des juges...

La saison débute de la meilleure des manières lors de la Coupe des Bains en mai à Yverdon par deux productions (qualification et finale) d'une exécution et de synchronisation toutes proches du top. Malheureusement les juges ont appliqué très (trop ?) sévèrement ces nouvelles prescriptions et nous terminons 2ème, avec un gros sentiment d'injustice. Car si notre production ne correspondait pas totalement aux attentes, que dire de nos concurrents.

Le niveau vaudois dans notre discipline n'est pas aussi impressionnant qu'au sol ou aux anneaux balançants, c'est donc assez facilement que nous remportons le titre de champion vaudois fin mai à Morges. La manière ne fut pas au maximum, mais les diverses absences et blessures ont nécessité quelques ajustements. Puis la saison s'est terminée à Aigle à mi-juin lors du Championnat Romand. La phase qualificative franchie en 2ème position avec quelques imperfections et des passages très moyens de nos adversaires en finale, nous laissait l'espoir de remporter le titre. La volonté de trop bien faire, la pression ou la fatigue, notre prestation en finale a été très en dessous de nos capacités et laisse un goût d'inachevé. C'est donc une grosse surprise lorsque nous apprenons le classement et notre victoire. Un peu tirée par les cheveux de l'avis de l'entraîneur. Cela ne nous a pas empêchés de terminer la journée par un moment convivial fort agréable.

Nos résultats nous ont valu le privilège d'être invités lors du gala vaudois pré-Gymnaestrada fin juin à Morges. Malgré une longue saison, nous avons présenté deux passages d'excellente facture qui ont fait honneur à notre rang.

Après une petite pause, les gymnastes sont retournés à la salle dès le 7 août afin de préparer au mieux nos prochaines échéances, le Team Master le 30 août à Egg/ZH et particulièrement le Championnat Suisse des Sociétés les 12-13 septembre à Yverdon où nous avons un top 10 à confirmer et même à améliorer. Venez nombreux nous soutenir, pour une fois que cela se déroulera près de chez nous.

Manu

Championnat Suisse Société 12.09.2105 Yverdon :

Production barres parallèles
Par beau temps 14h05 stade Municipal
Par pluie 14h05 patinoire

LE COMITE

Président d'honneur	Francis Depallens
Président	Emmanuel Demartini
Vice-président	<i>vacant</i>
Secrétaire	Maria Rizzi
Trésorier	Olivier Gruaz
Fichier/cotisation	Laurence Burnier
Communication	Marielle Demartini
Moniteurs	Valérie Fivaz
Manifestations	<i>vacant</i>
Sponsoring	<i>vacant</i>



N'hésite pas, rejoins nous !

Compte

UBS Montreux
no 01-4049-1
FSG Montreux
N° de compte:
249- 02724.43.U

CCP 18-564-8



LES ENTRAINEURS

mini gym	Sandra Depallens Maria Mercuri-Martinez Estelle Gétaz
kid gym	Sandra Depallens Maria Mercuri-Martinez Maria Rizzi
jeunesse	<i>Vacant</i>
artistique fille	Franca Demartini Valérie Wicht Sara Demartini
artistique garçon	Emmanuel Demartini Ioulia Sternheimer Laurent Demartini Patricia Cornaro
actif mixte	Philippe Francey Emmanuel Demartini David Demartini
active 35+	Franca Demartini
dame	Henriette Vallotton
senior	Michel Dey
fitness	Caroline Meyer Angela Antenucci

L'AGENDA

12-13 septembre 2015 Championnat Suisse de Société Actif et 35+ Yverdon/VD
19-20 septembre Championnat Suisse par équipe GAF et GAM Lenzburg/AG
21 septembre Lundi du Jeûne
26-27 septembre Championnat Suisse GAM et GAF Amateur et Elite Winterthur/ZH
2 octobre Assemblée d'Automne Buvette Omnisports
9 au 26 octobre Vacances scolaires VD
7 novembre 7 ^{ème} Journée Montreusienne de Gymnastique Omnisports Pierrier
18 décembre au 4 janvier 2016 Vacances scolaires VD

Horaires

Mini-Gym	vendredi	17h00-18h00	Mtx-Est	Sandra Depallens 021 981 26 82
Kid Gym	vendredi	18h00-19h00	Mtx-Est	Sandra Depallens 021 981 26 82
GAF	lundi mercredi jeudi vendredi	16h30-19h30 16h45-19h45 16h45-19h45 16h45-19h45	Omnisports Omnisports Omnisports Omnisports	Franca Demartini 021 922 34 07
GAM	mardi mercredi jeudi vendredi	17h30-20h00 16h45-19h45 16h45-19h45 16h45-19h45	Omnisports Omnisports Omnisports Omnisports	Emmanuel Demartini 079 660 97 37
Actif/actif-mixte	vendredi	20h00-22h00	Mtx-Est	Philippe Francey 079 581 41 44
Active 35+	mercredi	20h00-22h00	Mtx-Est	Franca Demartini 021 922 34 07
Dame	jeudi	20h00-22h00	Mtx-Est	Henriette Vallotton 021 960 26 81
Homme	mardi	20h00-22h00	Mtx-Est	Michel Dey 021 922 94 62
Fitness	lundi mercredi jeudi	20h00-21h15 18h45-20h00 17h30-18h30	Mtx-Est Mtx-Est Mtx-Est	Caroline Meyer 078 605 92 09