

MIG

Montreux Info Gym

Octobre 2020 no 115

Calendrier

14 novembre

Championnats Suisses GAM et GAF Elite et Amateur

BBC Arena/Schaffhausen

14 novembre

GALA (annulé)

Salle Omnisports Clarens

27-28 novembre (annulé)

Soirée de gym La Tour (Actif-mixte)

La Tour-de-Peilz

13 mars 2021

Assemblée des délégués ACVG

Lucens

5-6 juin 2021

Championnats Romands Agrès et Gymnastique de Société

Monthey/VS

19-20 juin 2021

Championnats VD Agrès et Gymnastique de Société

??

Rétro... Actif

Il y a 30 ans

FETE CANTONALE A MENDRISIO 3 JUIN 1990

Pour la première sortie de l'année de nos actifs et actives, rien de mieux pour le moral qu'un week-end au Tessin.

Après un voyage en voiture sans problème, une soirée sympathique entre amis, nous voici le lendemain au concours.

Un effectif réduit, le manque de synchronisation et de soins, donnent une note moyenne mais fort utile pour tous. Celle-ci constitue une bonne référence pour les concours futurs et permet de situer précisément les différents points à travailler.

Fédération Suisse de Gymnastique

section de Montreux - fondée en 1867



Chers Gymnastes, chers Membres, chers Parents de gymnastes,

Permettez-moi de me présenter : je m'appelle Julien Grandin, je pratique la gymnastique dans cette société depuis l'âge de 4 ans avec les Mini-gym, puis Ecole de base, Gymnastique artistique et actuellement Actif. En mars 2019, j'ai intégré le comité de la FSG Montreux

en tant que Vice-président.

Après la démission de plusieurs membres du comité en septembre de cette année dont Monsieur William Sternheimer Président démissionnaire, j'ai accepté, le 1^{er} octobre passé lors de l'assemblée générale extraordinaire, de reprendre la présidence par intérim jusqu'en début de l'année 2021. Plusieurs membres compétents se sont joints à moi avec comme mission principale de veiller à la bonne marche de notre société jusqu'à la prochaine Assemblée Générale où il sera important, mais surtout obligatoire, d'élire un comité définitif. En attendant, mon équipe intérim et moi-même sommes motivés pour que la gym à Montreux se poursuive dans de bonnes conditions.

Evidemment, je suis à votre disposition pour toute question, suggestion ou même candidature...

Avec mes salutations sportives.

Julien Grandin

Le Saviez-vous

Que le terme "gymnastique artistique" voit le jour au début des années 1800 pour distinguer la gymnastique de loisir de celle pratiquée par les militaires. Les compétitions de gymnastique se multiplient en Europe dans les écoles et les clubs d'athlétisme et font leur grand retour quand les Jeux Olympiques renaissent à Athènes en 1896.

Je rappelle que l'exercice au sol a été complètement modifié par nos jeunes moniteurs Emmanuel Demartini et Franca Dessena.

Résultats :	Barres parallèles	Sol
Difficulté	4.90	5.00
Conception	4.82	4.95
Exécution ind.	9.40	9.43
Synchronisation	9.37	9.37
	-----	-----
	28.49	28.75
Déductions	0.24	0.36
	-----	-----
	28.25	28.39

Francis Depallens

En bref

- La cigogne est passée chez certains de nos membres, 4 familles se sont agrandies : Félicitations à Baptiste et Charlotte Saudan, à Stéphane Thélin, Nicolas Murbach, Valérie Wicht !



- Toujours pas de travaux à la salle Montreux-Est, des oppositions au projet freinent la construction d'un nouveau complexe.

- Le procès-verbal de l'assemblée générale extraordinaire est lisible sur notre site

www.fsgmontreux.ch

LE COMITE

Président d'honneur	Francis Depallens
Président intérim	Julien Grandin
Responsables moniteurs intérim	Valérie Wicht Sylvain Grandin
Secrétaire intérim	Marielle Demartini
Trésorier intérim	Olivier Gruaz
Fichier/cotisation intérim	Laurence Burnier
Communication	Marielle Demartini
Manifestations	vacant
Sponsoring	vacant
Marchandising	vacant



LES MONITEURS

Artistique fille	Franca Demartini Valérie Wicht Emilie Chevalley-Rondel Nicola Vacchini Léa Leuenberger Lény-Lise Ramos Da Veiga Célia Depallens Shéryn Hussain
Artistique garçon	Emmanuel Demartini Sandra Mathey Victoria McLagan
Actif	Philippe Francey Nicolas Murbach
Actif-Mixte	David Demartini Sara Demartini
Active 35+	Franca Demartini
Dame	Henriette Vallotton
Senior	Michel Dey
Fitness	Caroline Meyer Angela Bagnuoli
Deep work	Caroline Meyer

*être moniteur permet
de transmettre
ses expériences et connaissances*

Nouveau coronavirus Valable dès le 25.10.20

VOICI COMMENT NOUS PROTEGER: **A la gym !**

Pratiquer en toute sécurité et stopper l'augmentation des cas

 Se désinfecter les mains avant et après l'entraînement	 Se déplacer masqué dans l'infrastructure sportive des 12 ans (vestiaires, couloir, hall...)	 Garder tant que possible 1,5 m. de distance
 Établir une liste de présence pour chaque entraînement	 Port du masque obligatoire pour les entraîneurs qui ne sont pas actifs comme gymnaste	 10 personnes majeures maximum lors d'un entraînement. Pour les mineurs le nombre n'est pas limité.
 En cas de symptômes, rester à la maison	 Portes, éjectés, danse, main à main et contacts rapprochés à proscrire	

www.gymvaud.ch/covid19

- 1) se désinfecter les mains avant et après l'entraînement
- 2) se déplacer masqué dans l'infrastructure sportive dès 12 ans (vestiaires, couloir, hall...)
- 3) garder tant que possible 1,5 m. de distance
- 4) établir une liste de présence pour chaque entraînement
- 5) port du masque obligatoire pour les entraîneurs qui ne sont pas actifs comme gymnastes
- 6) 10 personnes majeures maximum lors d'un entraînement. Non limité pour les mineurs
- 7) en cas de symptômes, restez à la maison
- 8) les portés, éjectés, danse, main à main et contacts rapprochés à proscrire



Fumer tue !!!

MONTREUX
SINCE 1867
GYMNASTIQUE
www.fsgmontreux.ch

