



Montreux Info Gym

Janvier 2025 no 127

28 février

Assemblée Générale

Buvette du stade de la Saussaz/Chailly

7 mars

Loto

Salle Omnisports du Pierrier/Clarens

8 mars

Assemblée des Délégués ACVG

Cully/Bourg-en-Lavaux/VD

15 mars

Championnat Vaudois des Jeux Dame

Moudon/VD

30 mars

Loto Escalade Givisiez avec la FSG Montreux

Givisiez/FR

10 mai

Coupe des Bains Actif et Actif-Mixte

Salle des Iles/Yverdon/VD

24 mai

Championnat Vaudois Agrès, gymnastique
et Aérobie de Sociétés Actif, Actif-Mixte et
Active 35 +

Pully/VD

12 au 22 juin

Fête Fédérale de Gymnastique GAF, GAM,
Actif, Actif-Mixte et Active 35+

Lausanne/VD

28 septembre

Loto Escalade Givisiez avec FSG Montreux

Givisiez/FR

Merci à



de votre soutien

Fédération Suisse de Gymnastique section de Montreux - fondée en 1867

Chers membres, gymnastes, moniteurs, et amis de la FSG Montreux,

Bonne année à toutes et à tous !

Alors que nous entamons cette nouvelle année, je tiens à exprimer ma gratitude pour votre engagement, votre énergie et votre passion. Ensemble, nous avons surmonté les défis de l'année écoulée et célébré de belles réussites, qu'il s'agisse de performances individuelles ou en groupes, d'événements mémorables ou simplement de moments partagés qui renforcent notre esprit d'équipe.

Aujourd'hui, nos objectifs sont toujours ambitieux et je vous remercie de votre engagement à relever avec nous, le comité, les défis de 2025. Que ce soit sur les tapis, aux barres, ou en dehors des salles, chacun de vous joue un rôle essentiel dans la réussite de notre société.

Je suis convaincu que 2025 sera une année remplie de progrès, de fierté et de moments inoubliables. Alors, chaussons nos baskets, enfilons nos justaucorps et lançons-nous ensemble dans cette belle année sportive.

Merci pour votre confiance et votre passion. Je vous souhaite à toutes et à tous une année pleine de santé, de bonheur et d'accomplissements sportifs.

Force, Honneur et Amitié

Julien Grandin
Votre Président

Convocation

Assemblée Générale

VENDREDI 28 FÉVRIER 2025 À 19H30

Buvette du stade de la Saussaz
Rte de la Saussaz 24 – 1816 Chailly/Montreux

En cas d'empêchement, merci de vous excuser auprès du Président
juliengrandin@fsgmontreux.ch

GAF

L'équipe du Canton de Vaud décroche la 3^e place aux Championnats Suisses par équipe – septembre 2024

Une performance remarquable pour l'équipe du Canton de Vaud lors des Championnats Suisses par équipe. Composée de Santisi Maé (capitaine), Motieenia Darya, Zenari Jana, Morrison Keira, Mascia Ilaria, Mia et Magnuson Chloé en remplaçante. L'équipe s'est distinguée en décrochant une brillante 3^e place, marquant ainsi son retour à la compétition nationale.

Après une compétition acharnée face aux meilleures du pays, le Canton de Vaud a su faire preuve de cohésion, de stratégie et d'un esprit d'équipe exemplaire. Malgré une rude concurrence de la part des équipes favorites, les Vaudoises ont réussi à s'imposer à la 3^e place sur le podium.

La capitaine de l'équipe, Maé Santisi bien connue dans notre société, enthousiaste à l'issue de la compétition, a salué le travail acharné de ses coéquipières :

"Ces championnats suisses par équipe étaient pour moi très importants car ils représentaient ma dernière compétition de gymnastique artistique. Après cette compétition, j'avais prévu d'arrêter la gym afin de me concentrer entièrement sur un nouveau projet dans le cirque. Par conséquent, mes attentes sur cette performance étaient hautes et exigeantes, je tenais à marquer le coup une dernière fois.

J'ai rapidement accepté de prendre le rôle de capitaine d'équipe lorsqu'on me l'a proposé étant la plus âgée ainsi que la plus expérimentée en termes de championnats suisses et cela a été un rôle marquant pour moi. Je voulais tirer mon équipe vers le haut, la motiver et lui donner de la confiance pour que la compétition se passe dans les meilleures conditions possibles.

Notre préparation n'a pas été des plus faciles compte tenu du peu de temps que nous avons eu pour nous entraîner après la reprise d'août, mais il a fallu se remettre au travail d'arrache-pied afin d'exécuter nos exercices au mieux. Il a été compliqué de se remettre rapidement à notre meilleur niveau mais nous avons été tirées vers le haut et motivées par Meryll et Damien qui ont toujours été à l'écoute lors des entraînements et qui ont su aussi nous remettre sur le droit chemin lorsque tout n'allait pas comme voulu. Meryll a su nous apporter de la douceur, de la compréhension et du réconfort lorsque Damien nous apportait de l'énergie, de la confiance et du rythme, ce mélange était accompagné de bonne humeur et de motivation quotidienne aux entraînements ce qui nous a permis, avec les filles, d'être dans un bon état d'esprit et de nous sentir en confiance avec nous-mêmes et avec l'équipe.

Nous nous sommes fixées l'objectif de faire le meilleur total de points possible, de donner le meilleur de nous-mêmes et de représenter fièrement le canton et, avec le résultat obtenu, nous ne pouvions pas être plus fières de nous.

La compétition a commencé de manière difficile à la poutre avec plusieurs chutes ce qui a mis un coup de pression à l'équipe, mais nous n'avons pas pour autant baissé les bras. Nous étions très soudées et cela nous a permis de revenir dans la compétition grâce au saut et au sol. Le sol a été pour moi très émouvant car ça a toujours été mon engin préféré et qu'en voyant performer les plus jeunes, je me suis revue à leur âge avec la même passion pour la

gym car chaque complet a été réalisé avec grâce, plaisir et amour pour ce sport. J'étais admirative de voir la relègue de la part de ces filles et de voir jusqu'où leur travail les a menées jusqu'à présent, car elles ont un grand potentiel et je suis sûre qu'elles iront loin. Nous avons obtenu de belles notes au sol ce qui nous a permis de rattraper notre retard et de nous hisser en première place du classement provisoire, cela a provoqué beaucoup de joie et d'espoir au sein de l'équipe ce qui a boosté notre motivation. Nous savions que le dernier engin serait difficile et que nous n'avions pas le droit à l'erreur pour espérer monter sur le podium, mais ce n'est pas pour autant que nous nous sommes laissées déconcentrer. Nous avons performé de la meilleure manière possible aux barres asymétriques malgré le stress, mais nous avons tenu bon au moment de la compétition où la tension était la plus palpable et donc nous n'avons pas chuté ni commis de grosses erreurs.

Nous avons conclu la compétition dans la joie et la bonne humeur et en étant fière de nous. La cohésion d'équipe était vraiment présente autant entre gymnastes qu'avec les entraîneurs et cela nous aura beaucoup aidées lors de la compétition. Meryll et Damien ont su trouver les mots justes à chaque instant durant le concours, et ils ont su rester positifs même dans la difficulté. Ils n'ont jamais douté de nos capacités et nous ont donné une grande confiance en nous. Finalement grâce à tout cela, notre travail a été récompensé et il nous a permis de monter sur la 3^e marche du podium, nous ne pouvions pas imaginer mieux. J'ai été extrêmement fière de remonter sur le podium des championnats suisses par équipe avec les vaudoises, 5 ans après avoir été dans l'équipe qui, en 2019, avait remporté la compétition en ligue nationale C. C'était vraiment émouvant et je n'aurais pas espéré mieux comme dernière compétition.

Je suis aussi très fière des plus jeunes qui ont su performer et briller sur le plateau de compétition, pour certaines, pour leurs premiers championnats suisses par équipe.

La préparation aura été dure mais le résultat en valait la peine et je pense que l'équipe entière peut en être fière car le mental était au rendez-vous et que nous n'avons rien lâché. Force, cohésion, esprit d'équipe et motivation nous auront permis de monter sur un podium suisse et je suis sûre que le meilleur reste à venir pour ces jeunes gymnastes avec qui j'ai eu l'honneur de performer lors de cette dernière compétition marquante."

Bravo à vous toutes et bonne continuation Maé !

statera-entrainement.ch

Nous recherchons

Contact : juliengrandin@fsgmontreux.ch

Responsable commission merchandising

Techniques de présentation des marchandises visant à inciter le consommateur à acheter.

Tâche du responsable de la commission :

- 1) Recruter ou non (selon ses besoins) des personnes pour compléter sa commission
- 2) Gérer la collaboration entre la société et l'entreprise fournisseur/imprimeur
- 3) Gérer les besoins des gymnastes/membres au niveau des tenues sportives (non compris les justaucorps)
- 4) Proposer éventuellement de nouveaux produits
- 5) Organiser éventuellement une stratégie de vente d'objets...
- 6) Etudier des offres chez d'autres fournisseurs

Responsable commission sponsoring

Le sponsoring est un accord commercial entre une entreprise qui apporte un soutien financier, matériel ou humain à une personne ou un organisme qui, en échange, promeut la marque.

Tâche du responsable de la commission :

- 1) Recruter ou non (selon ses besoins) des personnes pour compléter sa commission
- 2) Organiser une stratégie de recherche d'entreprises
- 3) S'assurer que la société respecte le contrat
- 4) Accueillir les sponsors lors de nos manifestations
- 5) Rechercher ou déléguer la recherche de sponsors

Gala 2024

Un retour en grande pompe !

La « Petite histoire du soir » n'était pas seulement une soirée de gym, cela représentait bien plus : l'occasion de rassembler des gens, de créer des liens, de célébrer la passion et l'effort. Après 6 ans d'absence, c'est grâce à 6 de nos membres, Franca, Sara, Leny, Maé, Lea et Yannick, que le Gala a repris vie au sein de la FSG Montreux !

Le nombre de spectateurs présents ce soir-là a été au-delà de nos espérances, les sièges ont tous trouvé preneur, ce qui témoigne de l'engouement pour la gymnastique et de l'importance de cette manifestation.

Tout au long de cette soirée, il y a eu des gymnastes fiers de présenter à leurs familles et amis le fruit de leurs entraînements : des heures de persévérance et de travail acharné. Mais aussi une équipe d'entraîneurs, de bénévoles et de passionnés qui ont tout donné pour transformer ce spectacle en une expérience inoubliable. Ce fut également une belle vitrine pour défendre une discipline que la FSG Montreux s'efforce de préserver dans notre région, la Gymnastique Artistique, une pratique qui allie rigueur, élégance, force, et qui mérite d'être davantage connue et soutenue.

Une émotion immense, une réussite collective et la joie de voir une société se réunir pour célébrer son sport sont encrées dans nos mémoires. Alors merci à tous ceux qui ont contribué à cette belle aventure, à tous les spectateurs pour leur enthousiasme et leur soutien sans oublier nos sponsors et donateurs ; ensemble, nous avons démontré l'importance d'un Gala à la FSG Montreux. Vivement le prochain !



Rétro... Actif

Il y a 30 ans

Soirée annuelle 26.11.1994

Que peut-il arriver de pire au chroniqueur de service d'être contraint de relater une soirée où la qualité des prestations figure aux abonnés absents, mais où il faut bien quand même dire le minimum, sans vouloir faire de la peine à personne ?

Je n'en sais fichtre rien, mais ce dont je suis certain c'est qu'actuellement ce genre de situation est parfaitement inconnue des gymnastes de Montreux. Car à Montreux, il faut faire attention à ne pas faire un usage abusif des qualifications et des superlatifs qui seraient pourtant parfaitement justifiés. Et oui, c'est bien de cela qu'il s'agit et si j'ai peut-être fait un peu peur au début de mon compte-rendu, c'est simplement dans le but de changer pour une fois la formule et de faire ressortir la différence entre une soirée « annuelle normale » et un spectacle de choix que présentent nos gymnastes, du plus petit au plus grand. Car à Montreux, si la formule change dans le thème, la formule, elle, reste immuablement présente.

Maintenant il est temps de revenir aux choses concrètes et de dire tout le bien qu'il est possible d'énoncer en fonction de ce qu'il nous a été donné de voir. Mais voilà, faut-il relater dans les détails tous les numéros ? Certes, les monitrices et moniteurs le mériteraient amplement. Nous leur laissons le soin de porter à leur souvenir la satisfaction qui a dû être la leur à l'écoute de l'applaudimètre.

Et puis, comme a tenu à le préciser le Président central, Francis Depallens, en s'adressant au très nombreux public présent : « **Nous tirons tous à la même corde** » ...

René Tâche

LE COMITE

Président d'honneur	Francis Depallens
Président	Julien Grandin
Responsable technique	Valérie Passera
Secrétaire	Marielle Demartini
Trésorier	Daniel Humbel

LES COMMISSIONS

Communication	Marielle Demartini
Gestion des salles	Emmanuel Demartini
Entraîneur pro	Valérie Passera
HSH	Francis Depallens
Manifestation	Sara Demartini
Gala	Sara Demartini
Gestion des Inscriptions	David Demartini
Sponsoring	vacant
Merchandising	vacant
Gestion des fichiers adresses	vacant



Rejoins
nous !

LES MONITEURS

Bébé Acro	Youssef Jihad Nicolas Murbach
Kid-Gym	Fatima Laabouli Youssef Jihad
Artistique Initiation fille	Fatima Laabouli Valérie Passera
Artistique PP garçon	Youssef Jihad
Artistique pour Tous	Youssef Jihad
Artistique fille	Fatima Laabouli Franca Demartini Nicola Vacchini Valérie Passera Maé Santisi Délia Sorce
Artistique garçon	Emmanuel Demartini Youssef Jihad
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



Rejoins
nous !

Carnet noir

C'est avec beaucoup d'émotion que nous avons appris le décès de Mme Janine Saudan, maman de notre membre d'Honneur Baptiste Saudan et belle-maman de notre membre Charlotte Saudan.

Avec toute notre sympathie.

« Si tu aimes une fleur qui se trouve dans une étoile, c'est doux la nuit de regarder le ciel »

Antoine de Saint-Exupéry



Fumer tue !!!

MONTREUX
SINCE 1867
GYMNASTIQUE

www.fsgmontreux.ch

