



Montreux Info Gym

Avril 2026 no 130

25 avril

EGAG Cup GAM

Tremblay / GE

25-26 avril

Open Neuchâtel GAF

Maladière/NE

2-3 mai

Championnat Genevois GAF/GAM

Bois-des-Frères/GE

9 mai 2026

Coupe des Bains Actif-Mixte

Yverdon/VD

30-31 mai

GymArt Open et Championnat Vaudois
GAF

Puidoux/VD

31 mai

Championnat Vaudois Gymnastique de
Sociétés Actif-Mixte et Active 35+

Morges/VD

20-21 juin

Championnat Romand Gymnastique
Sociétés Actif-Mixte et Active 35+

Vernier/GE

12-13 septembre

Championnat Suisse de Sociétés Actif-
Mixte

Sursee/LU

16 novembre

Séance information technique Gym Vaud

Lausanne CHUV/VD

5 décembre

GALA

Omnisports/Clarens

Merci à

bonnefouspartners



de votre soutien

Fédération Suisse de Gymnastique
section de Montreux - fondée en 1867

Assemblée Générale 2026

Chers membres, chers amis,

L'année 2025 fut riche en émotions. Elle nous a apporté de grandes joies, quelques déceptions aussi, parfois des moments d'inquiétude, mais aussi de l'engagement et de la passion.

Depuis le début de ma présidence, j'ai toujours parlé de la FSG Montreux comme d'une grande famille. Une famille où chacun trouve sa place, où l'entraide et la convivialité nous rassemblent. Au fil des mois, j'ai parfois ressenti que cette belle énergie collective était un peu plus difficile à mobiliser. Réunir tout le monde, que ce soit pour soutenir nos événements ou pour y participer, a demandé davantage d'efforts. Mais il est naturel qu'une famille traverse parfois des périodes où elle doit se réajuster pour mieux avancer ensemble.

Ce fut notamment le cas lors de la Fête Fédérale, où la FSG Montreux s'est engagée sur le site de Beaulieu. Nos bénévoles se sont investis avec cœur et générosité. Même si leur nombre était insuffisant, leur disponibilité et leur esprit d'équipe ont permis de relever le défi. Qu'ils en soient sincèrement remerciés.

Il en a été de même pour les 2 lotos de Givisiez.

Quant à la magnifique chasse au trésor organisée par Sara, suivie du Festin des Pirates et de ses fameuses raclettes, ces moments de rassemblements n'ont pas réuni autant de monde que nous l'aurions souhaité. J'ai toutefois eu de la joie d'y voir de nouveaux gymnastes accompagnés de leurs familles heureux de partager ces instants avec nous. Leur présence constitue un magnifique signe de vitalité et d'avenir pour notre société.

Revenons à présent à la Fête Fédérale, événement phare de l'année 2025. Cette manifestation restera un moment exceptionnel. Entre la médaille de bronze remportée par Darya en artistique et la brillante victoire de nos actifs dans la catégorie « 1 discipline », nous avons vécu des instants de grande fierté. Nos gymnastes nous ont fait vibrer et ces souvenirs resteront longtemps gravés dans nos cœurs. Ils nous rappellent pourquoi nous nous engageons avec autant de passion.

Comme évoqué en début de ce rapport, cette année a été marquée par une palette d'émotions. Au-delà de tout, je retiens surtout le dévouement, la persévérance et l'enthousiasme de chacun. Je tiens à remercier chaleureusement les membres de mon comité, les responsables de commissions, nos moniteurs ainsi que l'ensemble de nos gymnastes pour leur travail et leur implication.

Je souhaite conclure sur une note d'espoir et de confiance. Merci à toutes et à tous pour votre engagement et votre fidélité. Ensemble, nous avons la capacité de transformer chaque défi en opportunité. Ensemble, nous continuerons à écrire de belles pages de notre histoire. Et, ensemble, faisons de 2026 une année encore plus lumineuse pour notre grande famille.

Force, Honneur et Amitié.

Julien Grandin
Président

(Assemblée Générale, suite)

Le 27 février 2026, la FSG Montreux a tenu son assemblée générale en présence de 36 membres, un chiffre stable par rapport à l'année précédente. Si la participation reste constante, les préoccupations, elles, évoluent.

Au cœur des discussions : le manque d'engagement bénévole. Dans son rapport annuel, le président n'a pas manqué de tirer la sonnette d'alarme, appelant les membres à se mobiliser afin de préserver l'esprit de solidarité qui fait la force de la société.

Sur le plan financier, les comptes présentent un très léger bénéfice. Une situation encourageante en apparence, mais jugée insuffisante pour assurer l'avenir à long terme. Face à ce constat, l'assemblée a validé une augmentation conséquente des cotisations des groupes Jeunesse. L'objectif est double : garantir la pérennité de la gymnastique artistique tout en gardant une nécessaire professionnalisation.

Cette adaptation permettra à la société d'accéder à une subvention de Gym Vaud, dans la perspective d'une éventuelle future collaboration à la mise en place des pôles régionaux. Ces structures, dotées d'infrastructures spécialisées et d'un encadrement professionnel sont portées par des sociétés en collaboration avec les clubs de la région. Gym Vaud y

apporte son soutien sur les plans technique, organisationnel, communicationnel et financier.

Malgré ces défis, la société continue d'évoluer. Trois nouveaux membres honoraires ont été nommés : Philippe Francey, Nicolas Murbach et Angela Bagnuoli. Par ailleurs, plusieurs membres actifs rejoignent les rangs, renforçant ainsi les différents groupes : Katarina Couhie (35+), Daniel Dill (Senior), José Manuel Fernandes Pereira (Senior), Eva Gakaeva (Actif mixte), Elodie Nicolier (Actif mixte), Gina Spicher (Actif mixte), ainsi que Lydia Teixeira Gonçalves (GAF).

Autre nouveauté, et non des moindres : l'arrivée de Yannick Depallens au sein du comité. Une nomination qui vient compléter une équipe en quête de renouveau.

Plusieurs annonces sont également venues rythmer la soirée : le gala est d'ores et déjà fixé au samedi 5 décembre 2026, une nouvelle tenue sportive sera prochainement mise en vente, et la Fête Cantonale vaudoise de gymnastique de société est confirmée pour 2029. Par ailleurs, la révision des statuts arrive dans sa dernière ligne droite.

Entre défis structurels et volonté d'adaptation, la FSG Montreux semble déterminée à regarder vers l'avenir sans renier ses valeurs fondamentales. L'assemblée s'est finalement conclue dans une ambiance conviviale, fidèle à l'esprit qui anime la société.

MD

En bref

Une **nouvelle tenue** officielle est actuellement en préparation.

Le port du nouveau t-shirt de sport blanc reste obligatoire pour l'ensemble des gymnastes.

Des articles complémentaires seront proposés pour les hommes, les femmes et les enfants :

veste d'entraînement

pantalon d'entraînement

short (uniquement pour les hommes)

Une ou des séances d'essayage seront organisées prochainement.

La commande en ligne reste effectuée individuellement par chaque acheteur.

Des informations complémentaires concernant les dates et les modalités seront communiquées ultérieurement.

L'Assemblée des Délégués 2030 a été attribuée à la FSG Montreux ; malgré une échéance encore lointaine, une réflexion sur un futur responsable peut déjà être amorcée.

Les barristes en année de transition en 2026

Le groupe des barristes débute l'année 2026 avec un nouveau responsable : Yannick Depallens. En place depuis mi-2025, Il a bénéficié d'une transition en douceur rendue possible grâce à l'accompagnement précieux de Philippe Francey et Nicolas Murbach.

Suite au retrait de plusieurs gymnastes après la saison 2025, certains poursuivent toutefois l'aventure, mais plus forcément dans une optique de compétition. Le groupe se renforce néanmoins avec l'arrivée de deux jeunes gymnastes motivés, apportant un nouvel élan.

Faute d'un effectif suffisant pour concourir dans de bonnes conditions, 2026 sera une année de transition. Les entraînements se poursuivent néanmoins chaque semaine dans une ambiance conviviale, mêlant travail aux barres et activités multisports.

Des représentations sont toutefois prévues, notamment lors du gala de décembre et du WMT en septembre, avec une nouvelle production en préparation.

Selon Yannick, l'objectif reste clair : renforcer l'équipe, recruter et viser un retour à la compétition dès 2027. Sa motivation reste intacte, sa volonté de faire vivre et rayonner le groupe est plus forte que jamais.

MD

Le Saviez-vous ?

Que l'agrès de la **poutre** apparaît au XIX^e siècle, dans le contexte du développement de la gymnastique en Europe, notamment en Allemagne et en Suisse. Elle s'inscrit dans le mouvement initié par des pédagogues comme Friedrich Ludwig Jahn, considéré comme l'un des fondateurs de la gymnastique moderne.

À cette époque, on utilise déjà des troncs d'arbres ou des poutres en bois pour travailler l'équilibre, la coordination et la posture. Ces exercices avaient d'abord un but militaire et éducatif, avant de devenir sportifs.

Au début, la poutre n'est pas exclusivement féminine. Elle devient progressivement un agrès réservé à la gymnastique artistique féminine au XX^e siècle.

En effet, au XX^e siècle, les mentalités valorisaient la puissance et la force pour les hommes, grâce et élégance pour les femmes. La nature étroite et élégante de la poutre convenait parfaitement à l'image que l'on donnait à la gymnastique féminine : équilibre, grâce, danse et souplesse.

Au départ, les exercices sur la poutre sont très simples : marcher en avant et en arrière, se tenir en équilibre sur un pied, faire quelques positions statiques. L'objectif est surtout la stabilité et la discipline corporelle, pas le spectacle.

L'Apparition des premiers éléments sont dans les années 1930–1950 avec l'entrée de la gymnastique féminine dans les compétitions internationales : petits sauts, demi-tours, premiers enchaînements. Les mouvements restent prudents, car la poutre est étroite et peu sécurisée à l'époque.

Pourquoi la poutre est devenue un agrès féminin ?

Son histoire en quelques étapes

XIX^e siècle Origines mixtes

La poutre (à l'origine un tronc d'arbre ou une simple planche) est utilisée dans la gymnastique européenne pour travailler l'équilibre. Les hommes et les femmes s'en servent.



Début XX^e siècle Essor de la gymnastique féminine

La gymnastique artistique féminine se développe, avec un accent sur la grâce, la légèreté et l'expressivité. La poutre devient un agrès idéal pour ces qualités.



Années 1930-1950 Différenciation progressive

Les compétitions séparent les épreuves masculines et féminines. La poutre, jugée moins adaptée à la puissance masculine (et plus risquée à l'époque), est réservée aux femmes.



Années 1960-1980 Spécialisation

La FIG (Fédération Internationale de Gymnastique) stabilise les règles. La poutre devient l'un des quatre agrès officiels de la gymnastique artistique féminine.



Aujourd'hui Un symbole féminin

La poutre met en valeur un mélange unique de technique, d'équilibre, de danse et d'acrobatie. Elle est devenue un agrès emblématique de la gymnastique féminine.



Avant : XIX^e siècle

Un tronc d'arbre utilisé pour l'entraînement à l'équilibre. Exercices simples, sans compétition.



Maintenant : XXI^e siècle

Une poutre standardisée (5 m de long, 10 cm de large), recouverte de mousse et de revêtement antidérapant, utilisée en compétition pour des enchaînements acrobatiques et chorégraphiés.



(comm.)

Rétro... Actif

Il y a 30 ans

Assemblée Générale, 8 mars 1996

En salle du Golden Pass, La FSG a tenu son assemblée générale annuelle en présence de 57 membres, dames, actifs et honoraires.

Il a fallu trois heures de débats pour venir à bout d'un ordre du jour aussi copieux que nécessaire à une société groupant quelques 500 membres répartis en dix secteurs distincts ayant chacun leurs problèmes, monétariat, locaux horaires etc.

Le président, Francis Depallens, a exprimé sa satisfaction pour tout le travail bénévole accompli en 1995, remerciant moniteurs, monitrices ainsi que le comité dans son ensemble et une arrière-garde d'anciens gym toujours présents dans les organisations.

...Commentée par le caissier central, Yves Depallens, la situation financière est bonne, laissant apparaître de légers bénéfices incitant cependant à la prudence.

Sans proposer un plan « Orchidée », il invite à diminuer les frais et à augmenter les cotisations qui, dit-il, sont de loin les plus modestes de la région. Cette proposition est acceptée, une réduction intervenant dans les grandes familles.

Les effectifs sont stables hormis l'école de base (40 enfants) où les jeunes artistiques se bousculent au portillon, ce qui est un heureux présage.

...L'assemblée a applaudi l'honorariat de Luigi Demartini, gymnaste au dévouement exemplaire tour à tour président, moniteur, chef technique et animateur inlassable du Mémorial Arthur Gander.

... La commission de révision des statuts présentera son projet à l'approbation dans le courant de l'été (1996 !).

... Pour conclure cette laborieuse assemblée, Pierre Chabloz, président d'honneur de l'Union Européenne de Gymnastique, complimenta la gym de Montreux, disant tout le plaisir qu'il a à suivre nos débats.

Flo

LE COMITE

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

LES COMMISSIONS

Communication	Marielle Demartini
Gestion des salles	Emmanuel Demartini
Stop cotisations non payées	Sandra Depallens
HSHS	Francis Depallens
Manifestation	Sara Demartini
Gala	A définir
Gestion des inscriptions	David Demartini
Sponsoring	vacant
Merchandising	vacant



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
Artistique garçon	Youssef Jihad Emmanuel Demartini Titouan Fivaz
Actif	Yannick Depallens Philippe Francey
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



En pensée

C'est avec une profonde tristesse que nous avons appris le décès de Madame Barbara Jost, épouse de notre membre Honoraire et Senior Jean-Pierre Jost.

En ces moments douloureux nous lui adressons, ainsi qu'à l'ensemble de sa famille, nos pensées les plus sincères et nos condoléances.



Fumer tue !!!

MONTREUX
SINCE 1867
GYMNASTIQUE

www.fsgmontreux.ch

