

LE JOURNAL
DES GYMNASTES



montreux
GYM



Av. des Alpes 70
1820 Montreux
Tél. (021) 63 41 96

Votre spécialiste pour :

- l'alpinisme traditionnel
- la varappe
- l'escalade
- le trekking
- la randonnée
- le ski tourisme
- la location
- la révision et réparation de tous les articles d'alpinisme

Kenitex Montreux



Garanti 10 ans

Louis Borretti

1822 CHERNEX - Tél. 64 52 61

PIERRE BORSA

ÉPICERIE FINE - PRIMEURS - VINS

Service à domicile

1815 TAVEL S/CLARENS

Téléphone (021) 64 44 83

ÉLECTRICITÉ - TÉLÉPHONE

G. JAGGI

Maîtrise fédérale

1820 MONTREUX

Téléphone (021) 63 29 62

juv M. H. BERGIEN
Juste prix

CONFECTION DAMES - MESSIEURS
JEANS-SHOP

Av. des Alpes 41 - Tél. (021) 63 71 39



Place de la Paix 3

1820 MONTREUX

Téléphone (021) 63 26 83

LIBRAIRIE FRANÇAISE SA



Vente de livres français,
anglais, allemands, italiens
et espagnols.
Articles de bureau
Papier à lettres

L. & A. Gyger

Casino 36 - Montreux - Tél. (021) 63 57 29

**RELIURE
DES
PLANCHES**

l'atelier artisanal pour la reliure
courante - bibliothèque - d'art
29, rue du Pont - 1820 MONTREUX
Tél. (021) 64 67 09

BOISSONS RIVIERA
S.A.

Eaux minérales - Bières
Montreux - Vevey

Livraison dans toute la région
Tél. (021) 64 11 61

garage du léman sa
Avenue du Général-Guisan 47
vevey

VOLVO TOYOTA

MONTREUX-GYM

No 90

Novembre - Décembre 1986

<u>Président central</u>	M. Claude Moura Champ Belluet 20 1807 <u>Bionay</u>	TéL. 53 30 97
<u>Présidente sous-section féminine</u>	Mme Andrée Vernaz Av. de Chillon 68 1820 <u>Territet</u>	TéL. 63 42 24
<u>Chef technique (Intérim)</u>	M. Luigi Demartini Vaudrès 11 1815 <u>Clarens</u>	TéL. 64 64 17
<u>Commission jeunes gymnastes</u>	M. Francis Depallens Av. des Alpes 22 1820 <u>Montreux</u>	TéL. 63 63 40
<u>Commission des pupillettes</u>	Mme Yvette Depallens Av. des Alpes 22 1820 <u>Montreux</u>	TéL. 63 63 40

Moniteurs, Monitrices, jours et heures des entraînements

<u>Actifs</u>	M.	Félix Aeschbach	Vendredi	20h30	
<u>Groupe artistique</u>	M.	Luigi Demartini	Mardi	18h30	
	M.	Jean-Claude Rochat	Vendredi	17h30	
			Samedi	09h00	
<u>Jeunes gymnastes</u>	M.	Francis Depallens	Mardi	18h00	petits
	M.	Antonio Scardino	Mardi	19h15	grands
	M.	Jean-Marc Lempesta			
<u>Dames</u>	Mlle	Annick Genier	Jeudi	20h15	
	Mme	Françoise Scheurer			
<u>Actives-Agrès</u>	M.	Georges Villard	Mardi	20h30	
<u>Pupillettes</u>	Mme	Sylvane Righetti	Lundi	18h00	petites
	Mlle	Carine Pecora			
	Mlle	Caroline Meyer	Lundi	19h00	moyennes
<u>Groupe Agrès</u>	M.	Laurent Demartini	Mercredi	18h00	
	M.	Philippe Depallens			
<u>Gymnastique pour tous</u>		Mme Sylvia Walker	Mercredi	20h15	
<u>Local d'entraînement</u>		<u>COLLEGE SECONDAIRE, Rue de la Gare 33</u>			
<u>Mini - gymnastes</u>	Mme	Yvette Depallens	Lundi	16h00	
	Mme	Margrit Blanc		17h00	
<u>Local d'entraînement</u>		<u>COLLEGE ETIAZ, Montreux</u>			

Rédacteur responsable de Montreux-Gym : M. Pierre Gex
Fédération suisse de gymnastique, section de Montreux
CCP 18-564 V.V.E.Y

BILLET DU PRESIDENT

Cette année encore, avec l'approche de notre soirée et des fêtes, je me fais l'interprète de tous pour vous remercier très sincèrement, supporters, sympathisants, annonceurs, parents et amis; vous qui tout au long de cette année nous avez suivis soit sur les terrains soit par le biais de notre bulletin, vous qui avez vu que camaraderie, bonne préparation et bons résultats sont monnaies courantes chez les gymnastes montreusiens, petits et grands. Votre présence et votre apport financier nous ont beaucoup facilité les choses.

Aujourd'hui, je fais de nouveau appel à votre bon coeur et vous invite à vous acquitter de la cotisation 86/87 de membre sympathisant (Fr. 15.-) ou supporter (Fr. 30.- et plus).

Comme vous avez pu le voir au travers de notre journal, vous nous avez permis de participer à de nombreuses compétitions, chose qui n'aurait pas été toujours aisée sans votre aide.

D'avance, nous vous disons un tout grand MERCI.

Je profite de l'occasion pour vous inviter à notre grande soirée annuelle qui aura lieu le samedi 20 décembre à la Maison des Congrès. Nos monitrices et moniteurs seront heureux de vous présenter le travail qui se fait tout au long de l'année au local de gym et quelques numéros spécialement préparés pour vous.

Réservez d'ores et déjà ce samedi 20 décembre, j'espère vous y rencontrer très nombreux.

Bien amicalement

Claude Moura

CHAMPIONNAT SUISSE DE GYMNASTIQUE DE SECTIONS

Une équipe gonflée à bloc, animée par un très bon esprit de camaraderie, des entraînements intensifs depuis de nombreuses semaines toujours suivis avec ponctualité par l'ensemble du groupe, les gymnastes montreusiens avaient préparé la rencontre du championnat suisse de sections les 13 et 14 septembre à Uster dans le canton de Zürich avec la ferme intention de frapper un "grand coup".

Malheureusement la chance, partenaire indispensable à toutes les réussites n'était pas de la partie. Alors, malchance? non, le terme est trop fort. Jamais les productions montreusiennes n'ont été aussi bien exécutées et aussi performantes, les notes obtenues le prouvent.

Que manquait-il? A cette question Luigi Demartini qui entraîne le groupe commence sa réponse par ... Il suffisait de presque rien, d'un peu plus de ...

Oui, c'est au prix de tout petit détail que se gagne les places en finales.

C'est dimanche matin à 8h10 en salle, que notre équipe, encadrée par une fidèle cohorte de supporters entame son concours par le sol. La production présentée, fruit de plusieurs années de travail, est exécutée sans aucune faute, seul un fin connaisseur peut déceler quelques toutes petites imperfections. Crédité d'un 29.24 nous nous classons 5ème, juste derrière la section de Morges. Les gyms sont attristés de ne pas atteindre les finales, mais si l'on regarde ce résultat avec un peu de recul la déception ne doit pas être de mise. Finalement n'avez-vous pas devancé Kloten qui l'année passée était finaliste et nous ravissait la 2ème place? N'est-ce pas là la preuve que vous êtes toujours en progression?

Les Sauts aux minis trampolines

A 10h45, survoltés par la "déception" de ne pas arriver en finale, nos magnésiens donnent toutes leurs forces pour leur dernière bataille, la production de sauts. Des envols impeccables, des réceptions sans problème, un rythme soutenu, tout est parfait, attention verdict: 29.30, cela place Montreux provisoirement en 2ème position.

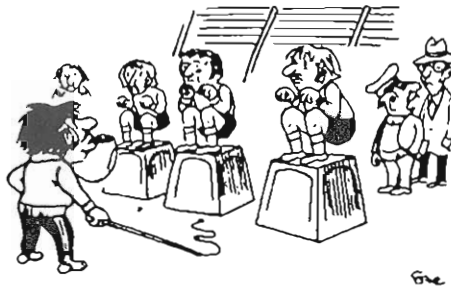
Neuf sections se sont déjà présentées, soit la moitié des inscrits. Les espoirs les plus fous agitent les esprits des dirigeants et des concurrents, va-t-on être qualifié pour les finales?

Il s'agit de se classer dans les 4 premiers.

La tension est telle que plusieurs d'entre nous préfèrent quitter la salle! Mais hélas le verdict final, cinquième, nous prive de justesse de se qualifier pour le tour final.

Le retour pour la Suisse romande s'effectue dans la joie, malgré tout comblé de deux belles cinquièmes places. Tous mes remerciements à notre président qui a été l'organisateur de ce déplacement magnifiquement réussi.

Michel Dey



- Où est-ce
qu'il
travaillait
avant,
ce nouvel
entraîneur

Gue



BINGGELI S.A.
ŒUFS
ET PRODUITS D'ŒUFS

Route Aloys-Fauquez 97 - 1018 Lausanne
Tél. (021) 37 68 13

Willy Liechti
ENSEMBLIER

Rue Eglise Catholique 5
1820 Montreux - Tél. (021) 63 64 33-34
Dépôt tapis: rue du Marché 5
Tél. (021) 63 36 46

**Garage de la
Grande Place**

Agence officielle:
Volkswagen
AUDI - Porsche



PORSCHE

A. GUGGITZ
1815 Clarens-Montreux
Tél. (021) 64 30 00

J.-F. PASCHOUD
Service de vente
Tél. privé:
(021) 64 37 52



Epicerie du Basset
M. et B. DETREY

Ouvert le dimanche matin,
de Pâques à fin septembre
Livraisons à domicile

Rue du Lac 141 - 1815 Clarens
Tél. (021) 64 61 01

SUTER
VIANDES
SUTER
QUALITE
SUTER
VIANDES
SUTER
QUALITE
SUTER
VIANDES
SUTER
QUALITE
Villeneuve ☎ (021) 6016 22



CAFÉ-RESTAURANT
VAUDOIS

1815 CLARENS
Tél. (021) 64 41 72

C. Ducotterd

*Son choix d'assiettes
du jour
et ses spécialités
à la carte*

Bonne cave

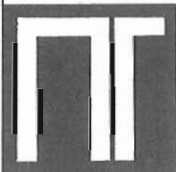
FAISONS ÉQUIPE POUR GAGNER



**BANQUE CANTONALE
VAUDOISE**

VOS PARTENAIRES MONTREUSIENS:

Siège Régional Montreux
Succursale de Clarens
Agence de Territet



Michel RAIS

SERRURERIE
CONSTRUCTIONS
MÉTALLIQUES

Vitrines - Marquises - Vitrages alu
Portes et tambours d'entrée de magasins
Ch. du Pierrier - 1815 CLARENS - Tél. (021) 64 48 12

**CAFÉ-RESTAURANT
ET CAVE DES VIGNERONS**

RACLETTE - FONDUE
FONDUE BACCHUS
ENTRECÔTE DU VIGNERON

M. Repond-Borcard
Rue Industrielle 30 - 1820 Montreux
Tél. (021) 63 25 70

Franco Papi

Linos, tapis collés et tendus
Plastiques en tous genres

Taux 2 - 1820 MONTREUX
Tél. (021) 63 47 14

PAUL GENOUD

*Coutellerie - Maroquinerie
Rasoirs électriques*

Grand-Rue 64 - 1820 Montreux
Tél. (021) 63 60 47

Kramer

MONTREUX VEVEY LAUSANNE
PAPETERIE - COPY CENTRE
MACHINES ET MEUBLES DE BUREAU
INFORMATIQUE
TÉL. (021) 63 53 53

BOULANGERIE - PÂTISSERIE
TEA-ROOM

LILIANA

Spécialité de croissants
parisiens



Cycles RoCHAT-Sport

Le vélo de haute qualité,
Compétition ou Gentleman

Rue de la Gare 5 - 1820 MONTREUX - Tél. (021) 63 57 41

H. ROCHAT
mécanicien officiel de l'équipe « Peugeot »
Cyclomoteurs Vespa, Ciao, Kreidler et Allegro

MEMORIAL ARTHUR GANDER

Eh ! oui, bientôt une année que ce magnifique tournoi international de gymnastique artistique se déroulait à Montreux.

Le 3 décembre prochain, Chiasso aura à nouveau la joie d'accueillir les meilleurs gymnastes du monde. En effet, en 1985 la société de gymnastique de cette localité a eu l'idée de créer cette importante manifestation. D'emblée celle-ci s'inscrivit parmi les plus prestigieux tournoi internationaux de gymnastique tels que ceux de Tokio, Paris, Los Angeles, Londres, Rome , et j'en passe.

C'est dire combien, Montreux et notre société sont fières de pouvoir à leur tour récidiver en 1987.

Certes les conditions dans lesquelles cette organisation doit se réaliser si la salle polyvalente n'est pas disponible, seront très pénibles et financièrement lourdes. Mais la volonté d'organiser le Mémorial Arthur Gander avec Chiasso doit nous faire surmonter ces difficultés passagères.

Quelques membres de notre comité d'organisation se rendront à Chiasso ce prochain 3 décembre. Ils apporteront le salut de Montreux à Paolo Zurcher et à son comité d'organisation ainsi qu'aux délégations présentes.

Mais en attendant le jour de ces retrouvailles, les gymnastes montreusiens adressent aux amis "Chiassesi" leurs félicitations et remerciements pour avoir donné naissance en Suisse à la seule compétition de cette importance et forment les meilleurs voeux de succès et pour une parfaite réussite.

NOTRE SOIREE DU 20 DECEMBRE 1986

A résultats exceptionnels, soirée exceptionnelle. Forts de cette devise, les responsables de nos divers groupes et classes ont à coeur de présenter un spectacle digne des performances réalisées en cours d'année.

Aussi le programme présenté sera le reflet de l'excellent niveau atteint par nos gymnastes aussi bien dans les concours de sections qu'individuels. Sur le plan cantonal et national, Montreux s'est fait un nom par la qualité de ses prestations. Nous espérons donc éveiller l'intérêt de nombreux spectateurs; qui par plaisir d'un beau spectacle qui par encouragement, qui par découverte d'un tout grand sport.

Mais quels que soient les sentiments qui vous attireront à la Maison des Congrès, soyez les bienvenus. Nous nous réjouissons de vous divertir.

PROGRAMME 1986

- | | |
|----------------------|--|
| 1. Gym - joie | Mini-gym |
| 2. Bienvenue | |
| 3. Barres parallèles | Actif |
| 4. Rythmique | Petites pupillettes |
| 5. Suite d'engins | Groupe agrès et jeunes-gymnastes |
| 6. Far - West | Petits jeunes-gymnastes et pupillettes |
| 7. Carré (d'as) | Groupe agrès |
| 8. Sol | Jeunes-gymnastes |

9. Mini - tramp Actifs

Entr'acte

- | | | |
|-----|------------------------------------|---|
| 10. | Anneaux et sol | Artistiques |
| 11. | Suite d'engins | Petits jeunes-gymnastes |
| 12. | Evolutions | Grandes pupillettes |
| 13. | Barre fixe et
barres parallèles | Artistiques |
| 14. | Production de
classe | Petits jeunes-gymnastes
et pupillettes |
| 15. | Barres parallèles | Groupe agrès et
jeunes-gymnastes |
| 16. | ? ? ? | |
| 17. | Au revoir | |

GYMNASTES, soutenez les commerçants qui font de la publicité dans "Montreux-GYM". Il y va de la continuation de sa parution. - Merci.



F.S.G. MONTREUX - Objectif 1987

Parlons tout d'abord des concours de sections.

Même si le programme pour l'année prochaine n'a pas encore été accepté par l'assemblée, les responsables ont déjà divers projets en tête.

Ainsi les jeunes-gymnastes et pupillettes après avoir participé à la Régionale de l'Est à Leysin se rendront avec les plus grands à la Cantonale genevoise. Les actives et actifs seront également de la partie.

Le week-end suivant, les actives et les actifs participeront à la Fête Romande à Bulle. Après la pause estivale, ils seront encore présents aux championnats suisses de gymnastique de sections le deuxième week-end de septembre.

Quant à mes gymnastes artistiques, nous les trouverons aux Championnats vaudois, aux Fêtes cantonales vaudoises et genevoises et à la Fête Romande. Quelques concours dans les autres associations du pays seront encore ajoutés au programme.

1987 se présente donc comme une année bien remplie. Il est à souhaiter que les progrès réalisés cette saison se confirment et que notre société figure à nouveau aux places d'honneurs.

BEARD SA

1820 Montreux
Avenue du Casino 28
Tél. (021) 63 38 67

Articles de ménage
Orfèvrerie - Cristaux
Studio « Rosenthal »
Cadeaux pour listes de mariages
Porcelaines suisses et étrangères

PAUL FRANCHINI

VINS

Livre tous les jours à domicile

Tél. (021) 63 28 32

LEMCAR SA VEVEY



LEMCAR SA
VEVEY

(021) 51 02 62

Av. Général-Guisan 53 - 1800 Vevey

chez

Pierre traiteur

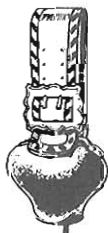
11, rue de la Paix
1820 Montreux

*Ouvert tous les dimanches
jusqu'à 13 heures*

Peter Leibundgut

TAPISSIER-DÉCORATEUR
POSEUR

2, av. Rousseau - 1815 Clarens
Tél. (021) 64 48 51



Bar à café
l'ARMAILLI
Danielle Mottier

Rue du Lac 68
1815 Clarens
Tél. (021) 64 56 18



Café du Grütli

« Chez Stella »

Au Petit Montmartre
de MONTREUX
Grand-Chêne 8
Tél. (021) 63 42 65

UBS – pour beaucoup,
depuis longtemps
la première banque.

Montreux : Avenue du Casino 26
Grand-Rue 98





Hôtel Suisse-Majestic Montreux

250 lits - 1^{re} classe - Au bord du lac

RESTAURANT – BRASSERIE – BAR

TERRASSE SUR LE LAC

Restauration chaude de 11 h. à 23 h. 30

Grand choix de mets de brasserie

En face de la gare - Tél. (021) 63 51 81

W HEDIGER
AV. DES ALPES 70
CH 1820 - MONTREUX
TEL 021 63 53 09

Willy's
SPORTS
MONTREUX

AU VIEUX-MAZOT

ACTION Fr. 15.–
avec gravure



Av. des Alpes 42
1820 Montreux
Tél. (021) 63 31 63



Ouvert tous les soirs de 17 h. 30
à 2 heures, dimanche excepté.

Spécialités de fondues à la viande
Charbonnade

Ambiance musicale
dans des caves centenaires

multer S.A.
Maîtrise fédérale

OPTIQUE
PHOTO
CINÉ
VERRES
DE
CONTACTS

Tél. (021) 63 38 23
1820 MONTREUX - Grand-Rue 22

RICHARD PLETSCHER ÉBÉNISTE

Spécialiste du traitement des
surfaces

Rue du Collège 8 - 1815 Clarens
Tél. (021) 64 56 69

MONTREUX
VOYAGES

Avenue des Alpes 43
CH-1820 Montreux
Tél. (021) 63 51 21

MONTREUX
EXCURSIONS

Grand-Rue 106
CH-1820 Montreux
Tél. (021) 63 32 61

Pour voyager confiant et détendu, une seule adresse :

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

Nouveau programme de classification

Par programme de classification on entend les exigences que chaque gymnaste selon sa classe de performance doit satisfaire.

Pour les concours fédéraux et les qualifications aux divers camps d'entraînement une limite d'âge par classe de performance est prescrite. Ainsi, il est possible de concourir en Performance 1 jusqu'à 11 ans, Performance 2 12 ans, Performance 3 14 ans, Performance 4 16 ans, les Performances 5 et 6 étant libres. Depuis cette année, une classe préparatoire est introduite pour les débutants. Celle-ci est accessible aux gymnastes dès 6 à 8 ans déjà.

La raison principale d'un nouveau programme de classification est à trouver dans le retard pris ces dernières années par nos gymnastes par rapport à la concurrence étrangère. Nos responsables ont dû se rendre à l'évidence. Nos gymnastes n'avaient pas le physique (force et souplesse) ni les éléments de base (élanés, maintien du corps) suffisants pour atteindre les plus hauts niveaux.

Le nouveau programme de classification tend donc à améliorer cette situation. Ainsi en P1 l'accent est mis sur les élans et sur l'étude de mouvements habituant le gymnaste à des positions légèrement carpées lui facilitant les parties des autres performances telles que les salti tendus au sol, les élanés à l'appui-renversé de la suspension aux anneaux etc.

Pour donner une idée de ces nouvelles exigences citons quelques parties.

En P1 les élançés aux barres parallèles se terminent à l'appui renversé passagé, alors qu'à la barre fixe ils doivent amener les épaules au-dessus de la barre, au saut de cheval c'est un renversement qui est exigé avec le tremplin distant de 1.50 m du caisson haut de 1.10 m.

En P2, aux barres parallèles, nous trouvons une bascule depuis la suspension et une équerre jambes écartées à l'extérieur des bras.

A la barre fixe : tour d'appui en arrière repoussé, élançer en arrière à l'appui corps au-dessus de l'horizontale.

Au cheval-arçons l'étude des cercles des deux jambes est déjà introduite.

Et ainsi de suite, d'une performance à l'autre les difficultés augmentent.

Cette année de transition sera donc une année difficile, demandant aux gymnastes et entraîneurs un travail accru.

Bon courage !

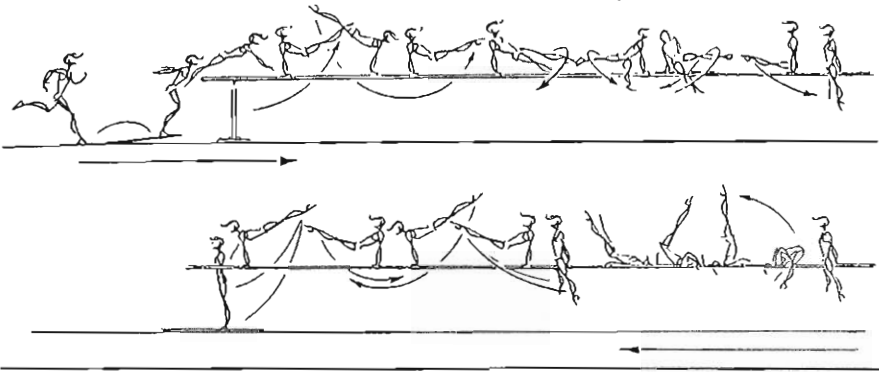
L.D.

**EN ACHETANT CHEZ NOS ANNONCEURS, FAITES-VOUS
CONNAITRE EN DONNANT VOTRE TITRE DE GYMNASTE**

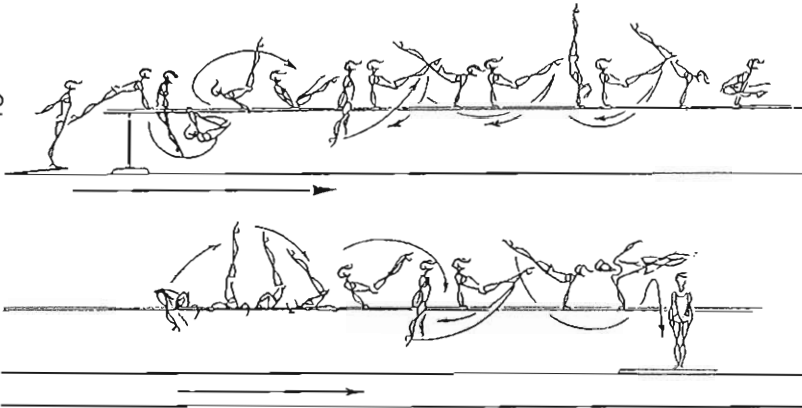


BARRES PARALLELES

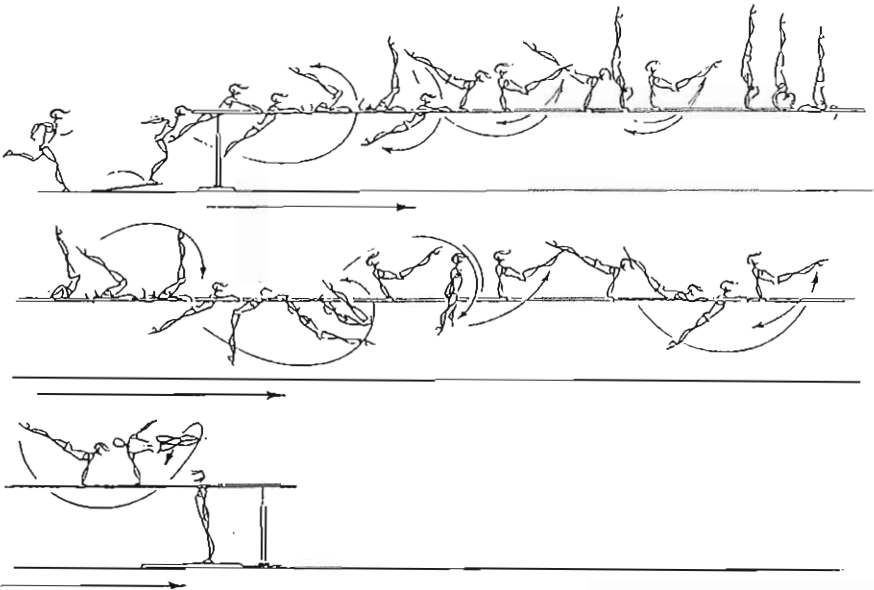
P1



P2



P3



ENTRE - NOUS

- Lors de l'assemblée générale de la Régionale de l'Est le 3 octobre dernier à Villars s/Ollon, Jean-Claude Rochat a été appelé au Comité Technique. Nous souhaitons à Jean-Claude beaucoup de satisfactions au sein du CT de l'Est et espérons qu'il lui restera suffisamment de temps pour sa section.

* * *

- Samedi 8 novembre, les cloches de l'Eglise réformée de Glion ont sonné pour le mariage de notre moniteur-actifs et de Rosmarie Thomann. Une délégation de la section y était présente. Nous tous, gymnastes montreusiens, souhaitons à Félix et à Rosi beaucoup de bonheur.

* * *

- Pour achalander la traditionnelle tombola de notre soirée nous faisons appel aux mamans, aux amies de nos gyms, et vous rappelons que les pâtisseries et autres lots peuvent être déposés le vendredi soir de 19h30 à 20h00 ou le samedi matin entre 10h00 et 11h30 à la Maison des Congrès.

* * *

- Encore une date très importante à retenir :
dimanche 22 février 1987

Nous avons la chance d'organiser le dernier loto montreusien 1987. Nous comptons d'ores et déjà sur l'aide de tous et de toutes, et ce, malgré la rentrée des relâches. De plus amples détails vous seront donnés dans notre prochain bulletin.

* * *



Maîtrise fédérale
Antennes collectives
Disques - Cassettes
Rue de la Paix 9

**Télévision, radio
Martano E.**

**Boucherie - Charcuterie
Claude GEX**

Territet
Tél. 63 27 29

Chernex
Tél. 64 27 63

Service à domicile

**HÔTEL-RESTAURANT
DE L'ÉTOILE**



Rue du Lac 111
Tél. (021) 64 33 17

1815 CLARENS

**SPOZIO Narcisse
kiosque
MONTREUX
l'ami des sportifs**

Pour boire un bon café

à l'Oasis

*Avenue des Alpes 51
1820 MONTREUX*



**Electricité
et téléphone**

ANDRÉ ROTHEN

Maîtrise fédérale

Rue de la Gare 19

**Laiterie du
CHÂTELARD**

Wicky Georges
Spécialités valaisannes
Vins - Charcuterie

Rue du Marché 26 - Tél. (021) 63 31 50

**Ventes directes du producteur
Visite de caves**



1820 **MONTREUX** - Av. Belmont 28
Tél. (021) 63 13 48

Boucherie - Charcuterie



Fritz Maisch

1815 TAVEL-CLARENS

Qualité - Choix - Service à domicile

**Restaurant
de la Paix** MONTREUX

cuisine...

ses vins...

et son meilleur accueil

J. A. 1816 Chailly-Montreux
SFG Montreux

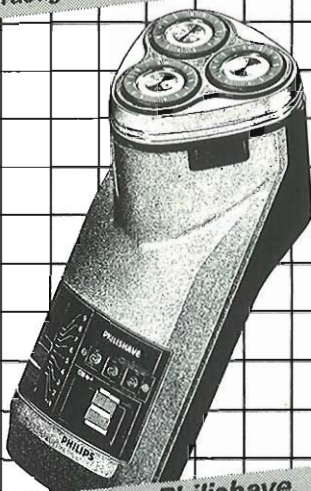
MONSIEUR
DEMARTINI LUIGI

RUE DES VAUDRES 11

1815 CLARENS

Philishave

Le rasage des hommes d'avant-garde.



*Le nouveau Philishave.
Puissant, rapide, efficace.*

PHILIPS



SRE

SOCIÉTÉ ROMANDE D'ÉLECTRICITÉ

CLARENS MONTREUX VEVEY AIGLE VOUVRY LEYSIN LES DIABLERETS