



## Billet de Marily Pfister, Présidente

Chers parents, chers gymnastes, chers membres sympathisants

J'aimerais féliciter tous les groupes compétitions et hors compétitions pour leurs performances lors de cette année 2008. Comment ne pas être fière d'être présidente d'une société qui sait si bien défendre les couleurs de notre Commune. Je tiens à remercier les moniteurs et monitrices de tous les groupes pour leur immense travail.

A regarder les yeux des gymnastes lors des présentations et concours, le mot **PLAISIR** prend tout son sens et c'est avec beaucoup de gratitude que je les remercie de leur travail qui nous donne tant d'émotions !

Toutes les manifestations de l'année, Venoge-Dorigny 2008, la finale vaudoise des tests, la soirée de démonstration du Croset, le repas des honoraires ont pu être organisées grâce à nos moniteurs et monitrices et au soutien des bénévoles. Un grand merci à tous ces fidèles pour leur participation.

L'année 2009 s'annonce grandiose puisque nous fêterons notre 100<sup>ème</sup> anniversaire et que nous baptiserons notre nouveau drapeau. Nul doute que vous répondrez présents à nos diverses sollicitations d'aide ou de participation. Le coup d'envoi sera donné le 10 janvier à la salle du Motty sous la forme d'un petit nouvel-an.

Je me réjouis de vous rencontrer lors de cette soirée d'ouverture de nos festivités et vous souhaite d'ores et déjà à tous et toutes une merveilleuse année 2008.

Marily Pfister

### Dans ce numéro :

Groupe Actifs	P 2	Coup de coeur	P 10
Agrès filles / garçons	P 3-4	Parents-Enfants	P 11
Mixte 11-16 ans	P 5	Photos	P 12
Dames gym douce	P 6	Spécial enfants	P 13
<b>Infos Petit-Nouvel-AN</b>	P 7	100ème ACTIGYM	P 14
Actives	P 8	Commande vin / T-shirts	P 15
Aquagym	P 9	Informations diverses	P 16



## Groupe ACTIFS, par Fabien Cloux

---

Bonjour à toutes et tous,

Voici un petit résumé de cette saison 2008 ainsi que nos résultats.

Coupe des bains 08 : Anneaux : 10<sup>ème</sup> place , Mini : 14<sup>ème</sup> place.

Championnat vaudois 08 : Anneaux : 3<sup>ème</sup> place, Mini : 5<sup>ème</sup> place

Championnat romand 08 : Anneaux : 9<sup>ème</sup> place, Mini : 11<sup>ème</sup> place

Nos concours se sont bien déroulés dans l'ensemble avec une mention spéciale pour notre place sur le podium lors des championnats vaudois. Le niveau des concours étant de plus en plus élevé, il faudra nous battre davantage... mais tous les actifs sont super motivés donc pas de souci.

L'année 2009 verra 2 couples des Actifs participer aux différents concours « Elle et Lui ».

Cette discipline consiste à effectuer un exercice aux anneaux en synchro, un exercice au sol ensemble avec musique et un exercice individuel soit aux barres parallèles ou barre fixe pour l'homme et soit barre asymétrique ou barre fixe pour la femme. Toutes les notes sont cumulées et le classement est établi. On se réjouit de faire cette expérience...

A l'heure où je vous écris ce mot, Marily et moi sommes à la recherche d'un changement de salle et de jour pour notre entraînement du lundi. Ce dernier s'accomplit dans la salle de gym de La Plantaz et le matériel (vétuste) qui s'y trouve n'est pas adapté à nos besoins.

Merci de me contacter si vous pouvez faire quelque chose pour nous.

Voilà tout est dit....sauf que...n'oubliez pas de venir nombreux au Petit nouvel -an d'Actigym le 10 janvier 2009.. !!!!! Le bar sera tenu par les Actifs.....aïe... ça va faire mal..... !!!

Et vive la gym...

Fabien



Oyé Oyé braves gens !

En ce moment, les groupes agrès filles et garçons travaillent dur pour apprendre et peaufiner de nouveaux éléments pour la saison prochaine. Mais avant de vous en dire plus, faisons d'abord un petit tour du côté de 2008.

Cette année, nos chevaliers ont fait déborder la salle des trésors : médailles, distinctions et même une coupe ! Les gymnastes ont livré des combats sans merci au printemps pour défendre les couleurs d'Ecublens. Certains l'ont remporté haut la main puisque Jessica, Angela et Megan ont décroché des médailles d'argent, Luca et Ema des médailles de bronze, Guillaume, Quentin, Estelle, Céline, Marisa, Chloé, Sixtine, Grace et Marianna des distinctions en nombre.

Une autre récompense est venue illuminer leurs frimousses en septembre : une qualification aux championnats vaudois pour treize d'entre eux. Les enfants ont revêtu leurs plus belles parures pour l'occasion, riche en émotions. Un grand bravo à Marianna qui a été couronnée vice championne vaudoise en C1 et Angela qui est montée sur la troisième marche du podium en C2 ! Là encore, les gymnastes ont amassés plusieurs distinctions sous les cris de joie de leurs fervents supporters. Nous en profitons pour remercier les parents toujours présents, avec une spéciale dédicace à la famille Rullo qui s'est levée à l'aube un dimanche matin pour galoper jusqu'à Delémont, lieu des championnats romands ! Pour la première fois, Jessica et Estelle se sont frottées à des membres d'autres contrées et ont su tirer leur épingle du jeu puisqu'elles se classent parmi les 30 meilleurs gymnastes romandes en C3 !

Comme vous pouvez le voir, cloques, élongations, claquages et chutes n'ont pas démotivé nos champions. Et si quelques chevaliers s'en sont allés défendre d'autres couleurs, certains ont rejoint nos rangs pour renforcer l'équipe.

*Suite page suivante*

Mis à part les compétitions, le comté d'Actigym a aussi organisé un grand banquet cet été. Les gymnastes n'ont pas hésité à faire tomber leurs armures pour barboter dans le lac et grignoter avec les convives.

Vous le savez sûrement déjà, le château fête ses 100 ans en 2009 et plusieurs festivités sont agendées. Nous autres, les écuyers, nous nous attelons à préparer au mieux les chevaliers afin que l'étendard d'Actigym Ecublens flotte haut dans le ciel, une fois de plus !



## Groupe MIXTE 11-16 ans, par Christel et Loris Ramuz

---

Début d'année plein de changements puisque notre groupe ne cesse de grandir. 23 gymnastes puis 24 puis 25... et nous terminons le semestre avec 29 jeunes bien décidés à faire de la gymnastique.

Nous participons à deux concours. Le 22 juin, à la Journée Cantonale de Gymnastique de société de La Tour, nous présentons notre production de gymnastique et nous obtenons la note de 8,33. Nous sommes à la 8<sup>ème</sup> place.

Le 29 juin, nous allons au Championnat romand de société à Lausanne. Nous y présentons notre production de gymnastique et nous obtenons la note 8,01. Nous sommes 7<sup>ème</sup>. Nous participons aussi à la catégorie « sauts » (= production en musique au mini-trampoline). Nous terminons à la 15<sup>ème</sup> place avec la note 7,75.

Un grand bravo à nos gymnastes qui ont dû s'adapter aux changements que nous devons apporter à chaque fois qu'un nouveau camarade est entré dans le groupe.

Merci à Steven pour son travail et son investissement au sein de notre groupe.

La fin 2008 sera plus calme car il n'y aura ni soirée ni concours à préparer. Nous en profiterons pour entraîner nos jeunes au mini afin d'améliorer leur niveau mais aussi pour toucher à d'autres agrès.



Christel & Loris

## Groupe DAMES GYM DOUCE, par Frédérique et Gaby

---

Moments inoubliables pendant notre sortie d'automne aux Diablerets, que de rires, moments de détente.....

Le groupe du lundi dames gym douce s'agrandit de leçons en leçons... que veut-on de mieux.....

Les deux monitrices Frédérique et Gaby





FSG Ecublens

**1909 - 2009**



**PETIT NOUVEL AN**

**Grande Salle du Motty Ecublens**

**10 Janvier 2009**

**Apéritif à 19h00 - Début du repas à 19h45**

Menu 2 entrées, caquelon vigneron et dessert  
Prix 55.- (boissons non comprises)

**Musique \* Bar \* Animation**

Venez déguisés !

Récompense au costume le plus original



Réservation obligatoire :

du lundi au vendredi au 079 394 35 99

## Groupe ACTIVES, par Marily PFISTER

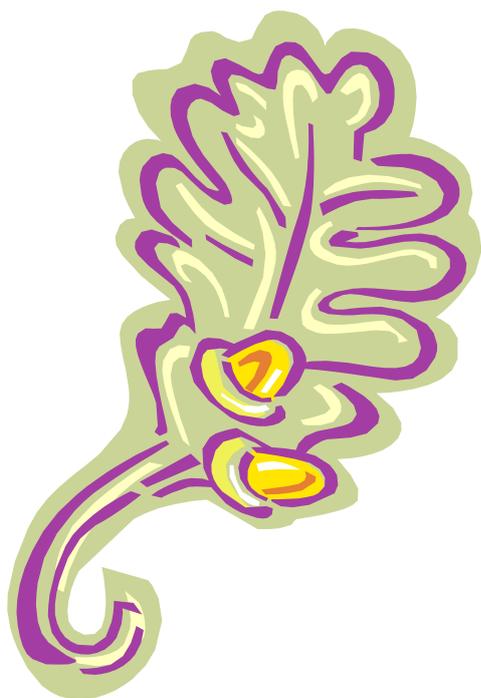
---

Il y a environ une quinzaine d'années, j'ai commencé un livre nommé « ACTIVES ». Les pages se sont remplies de souvenirs, de photos, de voyages et surtout d'amitiés. Le temps est arrivé de le terminer et c'est avec Nancy que j'ai décidé de le faire.

Depuis le début de l'année elle a m'a secondée et remplacée lors de mes très nombreuses absences, je la remercie du fond du cœur et comme c'est elle qui reprendra le flambeau dès la fin de notre 100<sup>ème</sup> anniversaire, je ne peux que lui souhaiter autant de plaisir que celui que j'ai eu avec « mes actives » durant toutes ces années.

Il est toujours difficile pour un groupe de passer le témoin et un certain absentéisme s'est installé en salle, un grand merci à toutes celles qui nous ont fait le plaisir de participer à la démonstration du Croset. Il y a eu très peu de répétitions mais vous avez su montrer de quoi vous êtes capables et comme d'habitude c'était très réussi, merci...

Marily Pfister



## Groupe AQUAGYM, par Marily PFISTER

Grande première pour le groupe Aquagym, qui a participé à la soirée de démonstration du Croset.

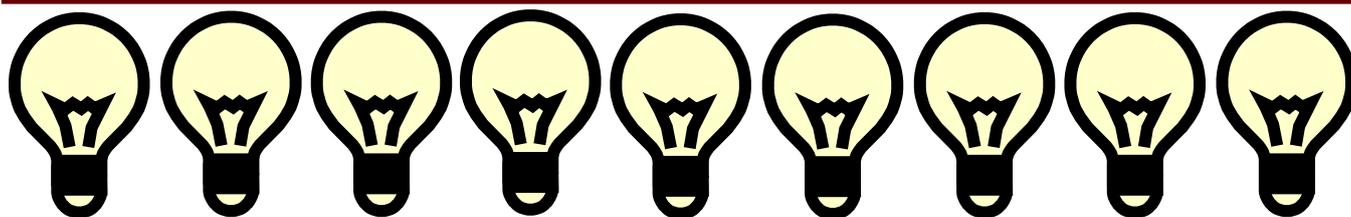
C'est lors des éternels bavardages dans la piscine du Pontet que l'idée a germé :  
au départ une boutade  
en finalité un grand moment

Merci à toutes de votre participation à cette folie humoristique imaginée par Roxane. Tout le monde a adoré !

Mes activités professionnelles ne me permettant plus de donner la leçon, je suis remplacée depuis la rentrée par Annick, monitrice brevetée qui a une pêche d'enfer. Un énorme merci pour sa disponibilité et pour sa gentillesse.

Actigym Ecublens Marily Pfister





## *Benevolus Actigymus-électrus*

*C'est une espèce rare, qui brille la nuit et n'aime pas l'eau !*

*Qui est indispensable au bon fonctionnement de nos manifestations.*

*L'flectrus ne parle pas beaucoup, il possède un calme olympien, même quand je lui demande :*

*« Je peux mettre, les frigos, les machines à café et les crêpières sur la même prise ??? »*

*Les yeux de « L'électrus » s'agrandissent, sa moustache frémit et généralement sa réponse est toujours la même :*

*« Je pense que ça va pas le faire !! »*

*Il retourne alors dans sa tanière, tourne en rond..... ft me trouve des solutions !*

*Un grand merci cher « flectrus »*

*Je suppose que vous avez tous deviné de qui il s'agit ?*

*Merci Juan De Paz*



*Naty*

## Gym Parents-Enfants

Le 14 juin 2008, j'ai réuni pour la première fois mes 2 groupes de Parents-Enfants, celui d'Actigym Ecublens et de Chavadam Chavannes-Renens, lors de la Journée Cantonale de Venoge-Dorigny. Malheureusement tous n'ont pas pu être présents ou ne sont pas sur la photo de groupe.

Malgré un rendez-vous matinal et une météo changeante, nous avons participé à divers jeux toute la matinée et tout le monde s'est donné à fond.

L'ambiance était super sympa et la bonne humeur présente.

Je vous remercie tous.

Un grand merci aussi aux accompagnants.

Cette année au Croset, les Super-Nanas et les Professeurs, les Spiderman grands et petits ont volé, sauté et ont laissé éclater leur joie.

Bravo à tous

J'aimerais remercier les nombreuses mamans qui ont confectionné de succulentes pâtisseries pour nos manifestations.

J'ai toujours autant de plaisir à travailler avec vous alors que ça continue ainsi.....

ROXANE

Page suivante : deux photos



Pour les enfants (à colorier)



---

# JOURNÉE DU 100<sup>ÈME</sup> D'ACTIGYM

## Programme

Pour célébrer le 100<sup>ème</sup> anniversaire de la création de notre société (1909-2009), le comité d'Actigym organise une grande journée de festivités qui aura lieu le samedi 27 juin 2009.

Le programme de la fête est le suivant :

- 08h00-12h00** Rallye à pieds dans la commune d'Ecublens (pour tous âges ; inscription par équipes de 3 à 5 personnes le matin même entre 07h30 et 08h30 ; 1<sup>er</sup> départ à 0830)
- 12h00-14h00** Grande broche (en souvenir de la traditionnelle broche de Montricher)
- 14h00-16h00** Démonstrations sportives, jeux et autres activités
- 16h00-18h00** Défilé dans la commune d'Ecublens et cérémonie officielle
- 18h00-22h00** Repas officiel
- 22h00-03h00** Nuit de folies (musique, bars, etc.)

N'oubliez pas de bloquer d'ores et déjà cette date dans votre agenda et de la communiquer à tous vos amis.

## Soutien

Pour financer les activités de cette grande journée de festivités, le comité d'Actigym vous offre la possibilité d'acquérir les objets commémoratifs suivants :

- vin rouge (gamay-garanoir) ou blanc (chasselas) avec étiquette spéciale 100<sup>ème</sup> (Caves Beetschen à Bursins);
- T-shirts gris anthracite avec logo doré d'Actigym du 100<sup>ème</sup> sur la manche gauche.



**RÉDACTION :**

Manfredi Florian  
Stand 23e  
1024 Ecublens

Téléphone : 021 691 41 35  
Portable : 079 637 22 44  
Messagerie  
florian.manfredi@actigym.ch

*Ami(e)s gymnastes et très chers parents,  
Ce bulletin est fait pour vous. N'hésitez  
pas à envoyer vos coups de cœur, vos  
coups de gueule, vos histoires, anecdotes,  
blagues, soucis....etc, au rédacteur*

*MERCI*

ACTIGYM CASE POSTALE 351 1024 ECUBLENS

**Retrouvez nous sur  
[www.actigym.ch](http://www.actigym.ch)**



Actigym

Case postale 351

1024 Ecublens