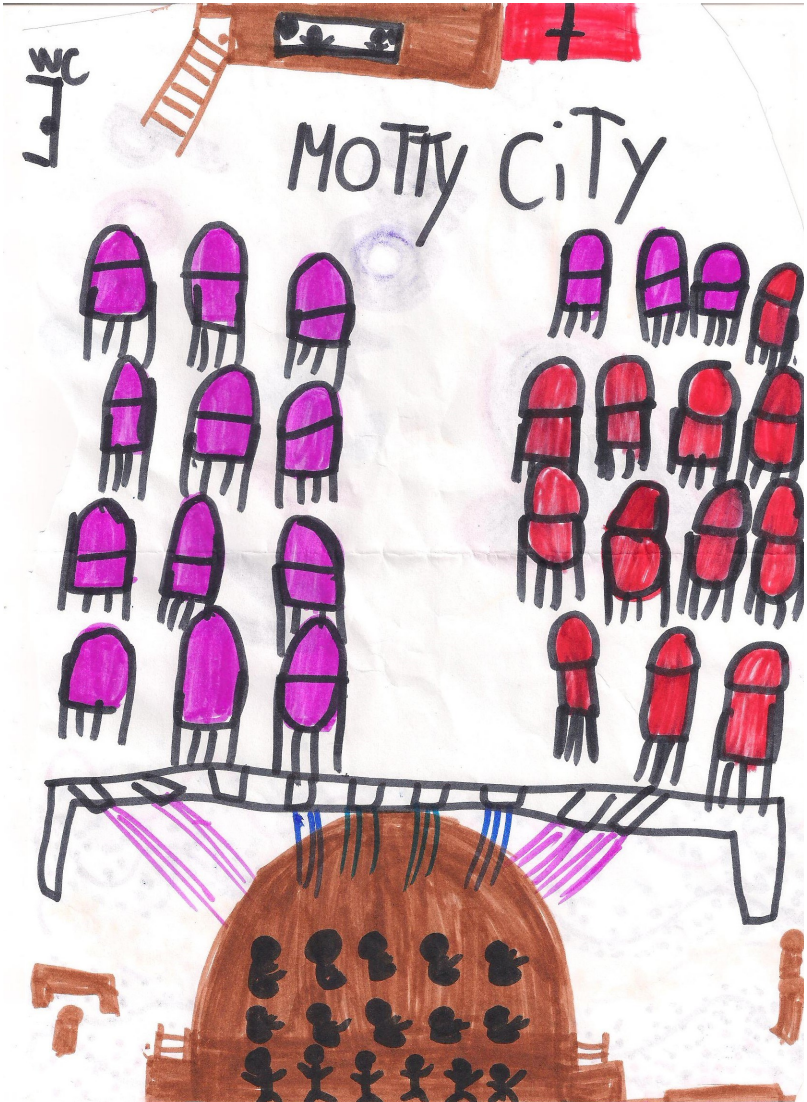




ACTIGYMINFOS

Soirée du Motty par Macha du Mixte 7-12 ans



MOTTY CITY

C'EST FINI !

Ils sont toujours là pour vous, ils vous servent avec le sourire, une phrase gentille, voire un bisou, si vous les connaissez. Ils sont polyvalents, toujours d'attaque, ils me suivraient au bout du monde ... si je leur demandais !

Mais qui sont ces perles rares ! ?

Ils ou elles sont de tous âges et de tous groupes. Leur point commun ... ils font partie d'Actigym Ecublens !

Bénévoles de l'ombre, à qui nous devons tant, recevez nos plus grands remerciements pour tout le travail accompli.

1. L'équipe des caissières : de gauche à droite
Eva, Inès, Maïté, Corinne, Eulalia et Danièla
Tickets couleurs, tables volantes et bonne humeur !
2. Bar à crêpes : Magali, Caroline et Nanissa
Moelleuses, généreuses et chaudes ...
je parle des crêpes, bien sûr !!!
3. Les bénévoles du bar en salle :
Elo, Alice, Denise, Maria, Puce, Nancy, Radia, Francine, Aude,
Kareen, Muriel, Karima, les Actifs
Pas de miracle ... sans eux, vous seriez morts de soif ! Quelle horreur ! Heureusement dans nos soirées ça n'arrive jamais.
4. L'équipe technique : Michael, Léandre, Philippe,
Dudu et Stéphane

Lumières... Musiques ... et ... GO !!

Un grand **MERCI** à vous tous !

NATY





Les caissières



Caroline Nanissa



Les Actifs



Magali



Karima Radia Nancy Puce Elo Alice Francine Muriel



Dudu Philippe Léandre Michael Stéphane

Les p'tits rôles du MOTTY !

Lors de nos soirées au MOTTY, il nous arrive de temps en temps d'avoir besoin ... d'un p'tit coup de pouce, trois fois rien...

C'est souvent juste de la figuration ou une petite phrase... C'est le petit truc en plus qu'il manque pour que le sketch tienne la route !

Souvent nous ... « piochons » dans l'équipe matériel, qui est sur place...(Merci à vous) et parfois, nous piochons dans « nos » enfants !

Un grand **MERCI** à Nanissa, pour s'être laissée ... emplumée 6 soirs de suite !

Un grand **MERCI** aussi à Luca, pour son premier p'tit rôle !



Votre responsable « commission soirée 2013 » se réjouit de voir qu'il y a de la relève !

COUP DE POUR NOS TROIS SHERIFS !

DE GAUCHE
À DROITE :

DANIEL : DOUBLE VUE
NICO : JOLI COEUR
SIMON : YEUX D'ACIER



**ON RIGOLE PAS À MOTTY CITY,
DESPERADOS PASSEZ VOTRE CHEMIN !**

**UN GRAND MERCI POUR LE COUP DE
MAIN. J'ESPÈRE QUE VOUS AVEZ EU DU
PLAISIR DANS NOTRE ...**

FOLLE ÉQUIPÉE DE L'OUEST !

NATY



Je ne vous oublie pas !

Pour vous Mesdames,

Un grand merci aux groupes : **Dames et gym Douce** ! Ces 2 groupes ne sont plus présents sur la scène du MOTTY..... (Mais on ne désespère pas ... de les revoir ... une fois ... ! ??) C'est donc dans l'ombre qu'elles nous donnent un coup de main. Leurs petites mains habiles vous confectionnent de délicieux sandwiches ainsi que de belles brochettes de bonbons.

Je me doute bien (vu que cette année, c'est Corinne.V qui les a coachées) que ce sont les mêmes que d'habitude qui sont venues aider, mais... on ne change pas une équipe qui gagne ! MERCI Mesdames !



MERCI Georges !

Responsable
Commission Soirée
2013

NATY



Souvenez-vous !!!

Souvenez-vous de votre impatience de voir ce que votre team décor vous avait préparé.

Une ambiance western dans la salle.

De grands cactus sur les côtés de la scène. Je les ai réalisés en papier mâché, durant les beaux jours de juillet. En plus pas trop loin de la grande salle pour le transport. Chaque enfant qui passait près de moi y a ajouté sa touche personnelle.

Souvenez-vous ; un décor qui évoluait au fil de la construction de la ville. Vous n'avez pas fait attention ? Regardez attentivement le DVD. Nous avons eu une semaine pour vous peindre ce décor. Heureusement, j'ai eu une grande aide de nombreux enfants.

- Mettre le papier
- Fixer les décors
- Dessiner
- Faire les mélanges de peinture
- Peindre
- Couper les maisons

Les décors c'est aussi :

- Grimper sur une échelle
- Peindre en équilibre
- De la peinture jusque dans les cheveux
- Un look en tablier
- Des tâches
- Des rires



Merci à Logan, Claire, Juan, Tony, Claude, Chiara, Lisa, Manuela, Corinne, Naty, Sébastien, Nancy, Maelle, Téa, Nanissa, Tony, et tous ceux que j'oublie.

Responsable décors
Corinne Masson

P.S : Qui se souvient du nuage en forme de pingouin en haut à droite ?



7. Un spectacle dans une jolie salle c'est sympathique et pour ce faire, on a rien trouvé de mieux jusqu'à ce jour.... que de décorer celle-ci ! Dans le thème des soirées bien sûr ! Il nous faut quelqu'un d'agile de ses mains, avec de l'imagination ... et beaucoup de temps libre ... Une maîtresse peut-être ?? Une maîtresse de couture ! C'est parfait !

Responsable décors : Corinne M.

8. Quand nous faisons toutes nos séances ou que nous écrivons nos sketches, il faut bien que quelqu'un prenne des notes ! Car parfois les idées fusent à toute vitesse, nous parlons tous en même temps, nous avons besoin de : la voix de la raison ! Un esprit clairvoyant et organisé qui nous empêche de nous disperser dans tous les sens. Qui tape sur un ordi aussi vite qu'elle solutionne les problèmes :

Secrétaire comm. Soirée : Christel

9. Nous ne sommes pas une société à but lucratif ... mais comme partout, nos manifestations sont payantes ! Il nous faut quelqu'un d'organisée, sérieuse, sachant elle aussi s'entourer des bonnes personnes pour lui donner un coup de main, avec un sourire rayonnant, un calme olympien et une passion pour les tables volantes !

Caissière comm. Soirée : Maïté

10. Avoir dans son équipe des personnes passionnées ! Qui donnent de leur temps sans compter, qui ont des idées, qui suivraient leur responsable commission soirée jusqu'en enfer. ... (l'enfer est souvent pavé de bonnes intentions !) si elle le leur demandait !! Toutes ces qualités se trouvent en : **Steven, Laurent et Kevin**

Un grand **MERCI** à vous, membres de la commission soirée, pour tout le travail fourni lors des soirées du MOTTY ou pendant le CROSET !!

Au nom de la commission soirée, je remercie tous ceux qui viennent à nos soirées de démonstrations ! Que ce soit votre côté plus gymnique et que vous veniez voir le CROSET, ou votre côté plus théâtral et que vous veniez voir le MOTTY ou encore votre côté : **GRANDEMENT MORDU** et que vous veniez voir les deux !

Nous sommes très contents de vous voir toujours aussi nombreux lors de ces manifestations.



Groupe Mixte 7-12 ans

- Un 1^{er} semestre avec plus de 30 gymnastes pleins de fougue
- Un Croset au son de 1789 « Les amants de la Bastille » vêtus de leur justaucorps. Ils étaient stressés et heureux de présenter leur travail
- Quelques activités autres que la gym dans le cadre J+S Kids
- Une leçon avec les parents
- Un apéro et voilà

2^{ème} semestre : un énorme groupe de plus de 50 enfants plus que motivés que l'on a dû séparer en 2 . Le groupe des 7-8 ans et celui des 9-12 ans. La préparation de la Soirée du Motty au son et avec l'uniforme de la cavalerie. Ils y ont mis tout leur coeur et le résultat fut magnifique ! Merci à tous !

Du cœur et de l'énergie il en faut, c'est intensif 2 heures de gym avec eux car ils en veulent et en redemandent !

N'est-ce pas Kevin ?? toi qui nous as rejoint pour le monitorat à la rentrée d'août.

Un groupe super enrichissant et super attachant

Roxane





Actigyms'Fan

Mesdames, Messieurs, Chers Amis de la gym,

Vous connaissez et manifestez votre intérêt à notre carte Actigyms'fan depuis plusieurs années mais pour beaucoup, vous hésitez à la prendre alors qu'est-ce que devenir Membre « **Actigyms'fan** » me direz-vous ?

Eh bien c'est, en vous acquittant de Fr. 20.- au moyen du CCP ou de l'IBAN annexés :

- bénéficier, pendant une année, d'une réduction du prix d'entrée lors de nos différentes représentations annuelles
- recevoir gratuitement le bulletin Actigym'Infos dans lequel sont réunis divers articles, photos et informations sur notre société
- soutenir activement Actigym par votre geste

Alors, n'hésitez plus ! Souscrivez ou transmettez à votre famille, vos amis afin qu'ils bénéficient de ces avantages.

Nouveauté : Depuis cette année, plus besoin de carte, dès le paiement effectué, vous devenez **Actigyms'Fan**.

Merci d'avance de votre attachement à Actigym et au plaisir de vous rencontrer prochainement.

Recevez, Mesdames, Messieurs, Chers Amis de la gym, nos amicales salutations sportives.

Pour Actigym FSG Ecublens

A. San Vicente

CCP 10-14488-8

IBAN CH43 0900 0000 1001 4488 8



REPAS des Membres Honoraires et d'Honneur : 16 Mai 2014

**Démonstration du CROSET :
13 juin 2014 à 19h30**

Les Moniteurs et Monitrices

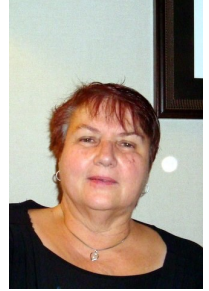




Roxane Giancamilli
Présidente



Anick San Vicente
Vice-Présidente



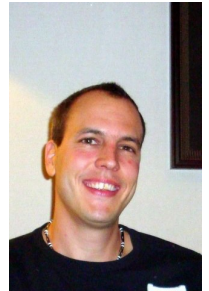
Gisèle Steffen
Caissière



Ghislaine Follonier
Secrétaire



Gaby Figuera
Membre et
Resp. fichiers



Fabien Cloux
Resp. Technique



Nathalie Kokot
Membre et Resp.
Commission Soirées



Corinne Veulliez
Membre et Coach J+S



J-Philippe Dupraz
Webmaster

Le Comité vous remercie de bien vouloir nous communiquer vos changements d'adresse, de téléphone et d'Email via info@actigym.ch -ou- Actigym, Case postale 351, 1024 Ecublens



Groupe **AQUAGYM**

2013 était une année spéciale pour nous deux ...

Perdre du poids était une obsession mais faire une activité sportive, dans une ambiance chaleureuse, était primordial !

Pour se faire plaisir, pour se maintenir en forme mais surtout pour rencontrer des dames aussi sympas, la motivation est toujours au rendez-vous !

Les jeudis pour une séance d'Aquagym et les mardis pour une séance de gym « Actives » ! ...

Ça y est, on a trouvé notre bonheur gymnique !

Merci Actigym !

Karima et Radia



Alice,

Toi qui nage maintenant au milieu des étoiles, sache que nous ne t'oublierons pas. Ta bonne humeur, ton sourire, tes rires patageront toujours avec nous.

Anick

Groupe KIDS

Ils sont 10, 10 enfants motivés.

Nous avons la leçon à la salle de la Coquerellaz, le lundi de 17h00 à 18h00. Juste avant le groupe des grands.

Après un échauffement, nos petits gymnastes sautent, roulent, se soulèvent à la force des bras, affrontent leur peur, ...

Déjà à 6 ans, monter sur un trampoline à 1m50, c'est tout un art. S'accrocher avec les pieds, se hisser avec les bras, chacun a sa technique.

Malheureusement, au bout d'une heure, que le temps passe vite, il faut céder sa place aux grands. Avec regret, mais les yeux pétillants et les joues rouges, ils retournent à la maison.

Nous remercions infiniment les parents de nos gymnastes pour leur patience et leur disponibilité lors de la soirée du Motty et tout au long de l'année.

Arianne, Corinne et Jamie



Groupe AGRES 2

Et un, et deux, et trois, et quatre nouveaux gymnastes !

Nous vous annonçons, dans le bulletin précédent que, pour notre plus grand plaisir, notre groupe s'était agrandi. Et ce n'était pas fini !

Quelques gymnastes du groupe Agrès 1 ont fait part de leur désir d'avoir un deuxième entraînement dans la semaine, nous avons donc décidé d'accueillir les plus grands et c'est ainsi que Marine, Julia, Simon et Virgile nous ont rejoint et sont venus agrandir les rangs. Quelques bras supplémentaires afin de construire notre saloon lors de la soirée du Motty n'étaient pas de refus !

Mais... fini les rigolades, une nouvelle année démarre et sa saison de concours avec ! Cette année, beaucoup de changements au niveau des prescriptions et donc de nouveaux exercices à ajouter aux tests des gymnastes ! Il reste encore du travail jusqu'au premier concours du mois d'avril mais nous avons grand plaisir à travailler chaque mardi ensemble avec des gymnastes motivés et persévérants ! Et, après deux ans de pause forcée, nous serons de nouveau présents afin de vous faire une petite démo lors du traditionnel Croset !



Stéphanie et Jenny

Groupe ACTIFS

« Plus vite, plus haut, plus fort »

Pour être tout à fait honnête, je crois que les Actifs n'ont jamais aussi bien bossé en ce début d'année 2014 qu'auparavant ! Pourtant, la tâche est difficile : cette saison nous présenterons 3 nouvelles productions dans 3 disciplines différentes (sol, anneaux, saut)... La phase d'apprentissage n'est jamais simple et le temps nous manque bien souvent. Nous avons donc essayé d'anticiper un maximum et avons quelque peu modifié notre calendrier afin d'avoir plus d'entraînements pour peaufiner les détails avant le premier concours - l'habituelle Coupe des Bains à Yverdon le 10 mai, suivi des Championnats romands à Bulle le 14 juin et de la Cantonale à Bière les 28 et 29 juin.

Les nouvelles recrues arrivées cet été se sont très bien intégrées et ce sang neuf a vraiment été bénéfique à l'ensemble du groupe. La plupart des gymnastes ont aussi gagné en confiance et il a été possible d'augmenter la difficulté des éléments présentés en compétition.

Les concepteurs ont également plus d'expérience et ont ainsi pu imaginer des productions plus rythmées, au grand dam des gymnastes qui courent parfois plus vite pour venir se mettre en place que lors de l'exécution de leurs éléments !

En bref, ça bosse dur !

« Plus vite, plus haut, plus fort ». En cette année olympique, osons rêver et reprendre la devise des Jeux. En espérant que nos efforts seront récompensés et que vous aurez autant de plaisir à nous regarder que nous à virevolter.

Go go go !
Tess

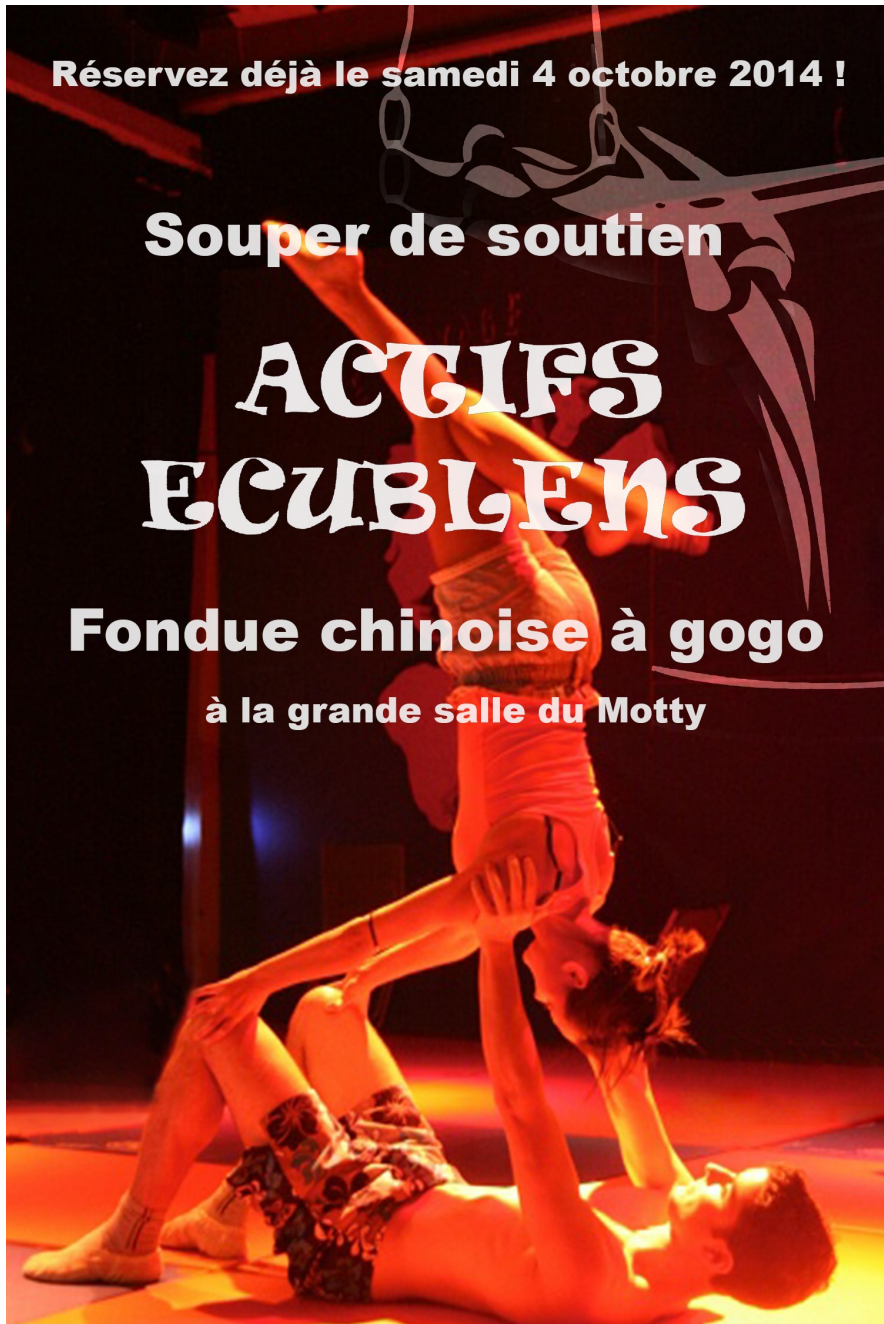
Réservez déjà le samedi 4 octobre 2014 !

Souper de soutien

ACTIFS ECUBLENS

Fondue chinoise à gogo

à la grande salle du Motty



27 janvier 2014 — Salle du Motty — Ecublens

Présidente de cette grande, plus de 400 membres, et belle Société qu'est Actigym, je suis très heureuse de me retrouver parmi vous ce soir.

Il nous tient à cœur de participer activement à la vie associative de la commune et de pouvoir proposer diverses activités gymniques en commençant par la Gym Parents-Enfants jusqu'à la Gym Douce et même l'Aquagym.

Ce soir, plusieurs de nos gymnastes seront à l'honneur, soit pour leurs années de sociétariat soit pour leurs résultats obtenus. C'est leur assiduité, leur motivation, leur performance et leur engagement qui les auront amenés à être récompensés par un mérite USL.

Téa, tu as déjà un nom de famille des plus connus sur Ecublens et je ne doute pas que tes concurrentes aux Agrès retiennent également ton prénom car il risque d'apparaître souvent à l'avenir dans les hauts du classement.

Les filles, vous mettez chaque année à l'honneur Actigym avec vos justaucorps violet/fuchsia ou blanc/rouge pour Muriel. Des petites aux grandes, des habituées aux médailles aux nouvelles arrivées, vous illuminez le praticable par le plaisir que vous mettez à exécuter vos tests, avec ou sans engins à mains. J'assiste depuis de nombreuses années aux concours, en tant que maman et présidente, et je suis plus que fière de vous voir monter sur le podium, et quand il est tout pour nous je ne vous dis pas, ou vous voir recevoir une distinction. Et pour certaines, n'est-ce pas Ainhoa, la médaille s'est fait attendre mais quand elle est arrivée, aie aie aie ... EMOTION! Bravo les filles et un grand bravo à vos monitrices/juges qui s'investissent à 200%. Sarah reprend même le poste de responsable concours Tests au niveau cantonal.

À **Sally, Thomas et Nicolas** qui nous ravissent par leurs excellents résultats et qui portent haut et au-delà de nos frontières les couleurs d'Actigym, je dis

Woaw

Bravo

Respect

et

Merci !

Vous êtes passés dans les mains expertes de **nos entraîneurs, Arianne et Pascal** puis, vous vous êtes envolés vers de plus hautes sphères au Centre Régional d'Aigle pour vous perfectionner et atteindre l'élite de l'élite, chose faite pour Nicolas. C'est une grande fierté de vous compter parmi nos membres.

Anne-Marie et Dudu, fidèles depuis 40 et 42 ans, je vous dis Bravo et Merci !

La devise de notre Fédération est
FIER FORT FRANC FIDELE
et bien ce soir elle a vraiment raison d'être.

Je remercie encore l'USL d'avoir attribué tous ces mérites.



Roxane Giancamilli



Gymnastes d'Actigym FSG Ecublens

Mlle	Téa	Masson	Av. Tir Fédéral 102	1024 Ecublens
Mlle	Ilona	De la Harpe	Allée du Tilleul 6	1022 Chavannes-Renens
Mlle	Juliette	Jaquenoud	Pl. du Motty 25	1024 Ecublens
Mlle	Nolwenn	Perez	Ch. de Verdaine 5	1042 Assens
Mlle	Sheryl	Perez	Ch. des Perrettes 7	1024 Ecublens
Mlle	Elsa	Dani	Av. du Tir-Fédéral 38	1024 Ecublens
Mlle	Ainhoa	Ibarrola	Ch. des Clos 117A	1024 Ecublens
Mlle	Jessica	Rullo	Ch. de la Forêt 31	1024 Ecublens
Mlle	Muriel	Mühlethaler	Ch. de l'Ormet 9	1024 Ecublens
M.	Nicolas	Schori	Rte de Sévereux 5	1897 Les Evouettes
M.	Thomas	Pibiri	Route d'Echallens	1042 Bettens
M.	Sally	Dietzel	Croix de Rive 7	1028 Préverenges
Sociétariat				
Mme	Anne-Marie	Bovet	Cocarde 12	1024 Ecublens
M.	Jean-Philippe	Dupraz	Planches 32	1008 Prilly

Mérites USL 2013

Championne Vaudoise 2013 Cat. C1 Filles au Championnat Vaudois Agrès Individuels à Crissier 28-29.9.2013
Vice Championne Vaudoise 2013 test Niveau 1 (8-9 ans) et 2ème par équipe catégorie Jeunesse à la Finale Vaudoise Tests Gym. Indiv. Oron 29.06.2013
Championne Vaudoise 2013 test FSG 1 (8-10ans) et 2ème par équipe catégorie Jeunesse à la Finale Vaudoise Tests Gym. Indiv. Oron 29.06.2013
Vice Championne Vaudoise 2013 test FSG1 (8-10ans) et 2ème par équipe catégorie Jeunesse à la Finale Vaudoise Tests Gym. Indiv. Oron 29.06.2013
3ème médaille de bronze 2013 test FSG1 (8-10ans) et 2ème par équipe catégorie Jeunesse à la Finale Vaudoise Oron 29.06.2013
Championne Vaudoise 2013 test FSG3 et 2ème par équipe catégorie Juniors/Actives à la Finale Vaudoise Tests Gym. Indiv. Oron 29.06.2013
Vice Championne Vaudoise 2013 test FSG4 et 2ème par équipe catégorie Juniors/Actives à la Finale Vaudoise Tests Gym. Indiv. Oron 29.06.2013
Vice Championne Vaudoise 2013 test FSG5 et 2ème par équipe catégorie Juniors/Actives à la Finale Vaudoise Tests Gym. Indiv. Oron 29.06.2013. Championne Romande 2013 test FSG5 au Championnat Romand de Gymnastique 23-24-11.2013 Chamoson VS
Vice Championne Vaudoise 2013 test FSG6 et 2ème par équipe Juniors/Actives à la Finale Vaudoise Tests Gym. Indiv. Oron 29.06.2013. Vice Championne Romande 2013 test FSG6 au Championnat Romand de Gymnastique 23-24.11.2013 Chamoson VS
Champion Suisse de Trampoline 2013 catégorie Open Men et 3ème en Synchron A au Championnat Suisse de Trampoline Ins 25.05.2013, Médaille de bronze en Synchron Men à la Coupe du Monde Valladolid 13-14.09.2013 Espagne
2ème médaille d'argent catégorie U16 Trampoline et 1er médaille d'or 2013 en Synchron B au Championnat Suisse de Trampoline Ins 25.05.2013. 3ème médaille de bronze 2013 catégorie U16 Trampoline à la Fête Fédérale de Gymnastique Bienne 13-23.06.2013
Médaille de bronze 2013 catégorie U12 Trampoline au Championnat Suisse de Trampoline Ins 25.05.2013
pour 40 ans de sociétariat à la société d'Actigym FSG Ecublens
pour 42 ans de sociétariat à la société d'Actigym FSG Ecublens

Groupe MIXTE 13 -16 ans

Après notre aventure à la Fête fédérale de gymnastique, la seconde partie de la saison s'est déroulée plus calmement quoique...

Après la rentrée, nous avons continué à travailler les éléments individuels au mini, profité de faire un peu de jeux et divers agrès et activités.

Mais comme 2013 était une année de soirée du Motty, il a bien fallu commencer à préparer notre production. Avec comme thème : les prisonniers, les idées ont tardé à surgir. Avec quels engins travailler sur une scène si petite ?

Finalement, notre choix s'est porté sur une production avec des steps. Lorsque nous avons annoncé cela à nos gymnastes... ils n'ont pas caché leur joie. Mais comme ce ne sont pas eux qui décident (c'est vrai quoi !)... au travail ! Comme pour une fois, nous nous y sommes pris à l'avance, cela n'a pas été si compliqué que cela et le résultat a été très satisfaisant. Une chouette chorégraphie avec un bon synchro. La production a été appréciée.

Pis même s'ils ne nous l'ont pas dit, nous sommes sûrs qu'ils ont eu du plaisir à se produire au Motty. Sinon comment expliquer que lorsque la société du Mont-sur-Rolle a eu besoin de groupes pour sa soirée (suite à de nombreux désistements), il n'a pas fallu longtemps pour motiver le groupe à s'y produire.

Après la pause de Noël, nous avons perdu quelques gymnastes qui ont dû arrêter pour différentes raisons. Cela a eu un effet sur le nombre de gymnastes, puisque notre groupe est passé de 20 à 12 gymnastes. Ce qui ne va pas nous empêcher de participer à la Fête cantonale à Bière en juin. Au programme, mini et production gymnastique. De quoi travailler pour cette première partie d'année.

Merci encore à tous nos gymnastes pour leur engagement et leur travail.

Bonne saison gymnique à tous.

Les moniteurs : Loris et Christel

Cotisations dès le 5 mars 2014.

Pour débiter dans la société, une finance d'inscription de **30.-** vous sera demandée. La période d'essai est de **trois mois** pour les groupes Compétition et d'**un mois** pour les groupes Hors Compétition.

Cotisations :

Cotisations

Cotisation de base annuelle pour tous les membres:

160.-

Options :

Option groupes Hors Compétition (trimestriel)

Aquagym :

50.-

Option groupes Hors Compétition (annuel pas de 1/2 option)

Kids :

80.-

Options groupes Compétition (annuel pas de 1/2 option)

Agrès 1 :

40.-

Agrès 2 :

40.-

Test gym individuel :

40.-

Actifs :

80.-

Trampoline :

100.-

Si un gymnaste fait partie du groupe Enfantine, il paiera 160.-

Si un gymnaste fait partie du groupe Actifs, il paiera 160.- + 80.- = 240.-

Si un gymnaste fait partie du groupe Agrès 2 et Actifs, elle paiera 160.- + 40.- + 80.- = 280.-

Si un gymnaste fait partie du groupe Aquagym pour 2 trimestres, il paiera 160.- + 50.- + 50.- = 260.-

Groupe AGRES 1

Comme chaque début d'année, nous avons entamé la saison 2013 avec une série de concours. Ils ont été suivis par le Croset, juste avant les vacances d'été, puis aux soirées inoubliables du Motty qui ont achevé cette belle année que nous avons eu beaucoup de plaisir à partager avec notre groupe Agrès 1.

Lors des concours, les enfants ont pu démontrer leur travail, leur motivation et surtout leurs progrès qu'ils ont faits tout au long de cette année. Nous tenons à TOUS les féliciter car c'est avec joie que nous constatons, chaque année, les progrès de nos gymnastes. Un bravo particulier à Téa, Manon, Julia, Juli, Nathan, Simon, Virgile et Jarod dont les efforts ont été récompensés par des distinctions lors des différents concours de cette année. Six d'entre eux ont donc pu participer aux championnats vaudois et nous sommes fiers de la petite Téa qui a remporté le titre de championne vaudoise 2013.

Les gymnastes ont, par la suite, participé au Croset où ils ont pu, encore une fois, démontrer le fruit de leur travail devant leurs parents et amis. Ensuite, chacun a profité des vacances d'été et a retrouvé les entraînements à la rentrée avec une série de nouveaux arrivants et quelques départs.

Pour terminer cette année en beauté, nous avons rassemblé notre imagination afin de créer une production pour le spectacle du Motty. Rire, motivation et bonne humeur ont été les moteurs qui nous ont permis de présenter de belles performances sur le thème de la fête foraine du Far-West. Il n'est pas toujours facile de se produire en public surtout pour les nouveaux qui n'ont pas encore l'habitude. Nous sommes donc très contents de leurs prestations, ils ont su nous surprendre comme tout au long de leur carrière au sein de notre équipe.

Merci à tous ceux qui ont permis que cette année 2013 se déroule à merveille et un grand merci à Actigym d'avoir organisé un concours à Ecublens. Les enfants ont eu beaucoup de plaisir à donner un coup de main. Ils ont pu, entre autre, tourner les carnets de notes et distribuer les médailles. Nos gymnastes gardent un très bon souvenir de cette expérience.

Sophie, Diane, Guillaume et Estelle

Groupe DAMES du jeudi

Lors des soirées au Motty nos dames, ou plutôt nos cowgirls, ont participé activement à la buvette, préparation de sandwiches et brochettes de bonbons. Elles n'étaient pas sur scène, mais partout où l'on avait besoin d'elles. Merci à vous toutes pour votre travail.

Nous avons été invitées chez Maria Teresa pour un très bon repas dans une ambiance festive avant Noël. Corinne R. et Maria Teresa ont fêté leurs anniversaires avec nous. Un chiffre bien rond à deux. Merci pour cette belle soirée.

Nous avons accueilli Yvonne dans notre groupe en automne.

Le 13 février 2014 a eu lieu notre soirée bowling comme chaque année.

Corinne Rochat
Gaby Figuera
Corinne Veulliez



Calendrier 2014 Actigym

Date	Lieu	Manifestation et cours	
Mars			
2	Granges	Grenchner Cup	Trampoline
5	Motty	Assemblée générale	Tous
8	St-Prex	Assemblée générale des délégués ACVG	
16	Möriken	Schloss Cup	Trampoline
23	Vieux-Moulin	CC Dames/Hommes/ Seniors	Dames/Gym douce
30	Cheseaux	Coupe de la Mèbre	Agrès
23	Vouvry	Chablais Riviera Cup	Trampoline
Avril			
1	Motty	Assemblée des moniteurs	Moniteurs
4	MuttENZ	Basilea Cup	Trampoline
5-6	Burier	Master II	Agrès
27	Ins	Eisser Cup	Trampoline
Mai			
3-4	Orbe	Journée qualification gym. Ind. Tests	Tests
4	MuttENZ	Basilea Cup	Trampoline
10-11	Yverdon	Coupe des Bains	Actifs
16	Centre socio-culturel	Repas des Honoraires	Honoraires
17	Zürich	Gymotion Hallenstadion	Tous
24	Vouvry	Championnat Suisse	Trampoline
24-25	Yverdon	Journée qualification gym. Ind. Tests	Tests
24-25	Morges	Master II	Agrès

Jun			
13	Ecublens	Soirée de démonstration du Croset	Tous
14-15	Bulle	Championnat Romand de société	Tous
20-22	Bière	Fête Cantonale Vaudoise de Gymnastique	Agrès/Elle-Lui/Tests
27-29		Finale VD tests / agrès	Mixte/Actifs/PE/Enf
29	Oron	Finale vaudoise gymnastique ind. Tests	Tests
Août			
1	Ecublens	Fête 1er août USL	Tous
11-16	Oron-la-Ville	Camp Agrès Jeunesse filles C1 à C4	Agrès
18-22	Vevey	Camp Agrès Jeunesse garçons C1 à C4	Agrès
Septembre			
6-7	Lausanne	Congrès FSG	Tous
24	ACVG Maillefer	Soirée info 2015 division gymnastique indiv.+ société	Tous
26	Belvédère	FSG 5 Cerceau / FSG 4 Sans engin	Tests
27-28	Lausanne	Championnat Vaudois	Tous
27	Belvédère	Formation juges tests 1ère partie	Tests
28	Ecublens	Cap sur l'Ouest	Tous
Octobre			
3	Belvédère	FSG 6 Corde / FSG 3 Massues	Tests
4	Motty	Repas de soutien des Actifs	Tous
10	Belvédère	FSG 7 Massues / FSG 5 Corde	Tests
31	Belvédère	FSG 3 Balle / FSG 4 Massues	Tests
Novembre			
7	Belvédère	FSG 7 Balle / FSG 6 Sans engin	Tests
8	Belvédère	Formation juges tests 2ème partie	Tests
19	Lausanne	Séance info Agrès ACVG aux sociétés	Agrès
Décembre			
6-7	Vevey	Championnat Suisse de Société Jeunesse	Tous
2015			
3 mars	Motty	Assemblée Générale	Tous
14 mars	Granges-Marnand	Assemblée générale des délégués ACVG	

Groupe **ACTIVES**

Après avoir réalisé une chorégraphie ensoleillée tant par les tenues flashys que la musique endiablée au Croset, nous avons bien mérité une pause estivale. Et bien sûr avant de nous dire au revoir nous avons eu notre traditionnel repas de fin d'année en terrasse avec la célèbre soupe froide avec sa glace basilic.... Très belle soirée et bonne ambiance avec même une petite partie de Time's up avec de franches rigolades.

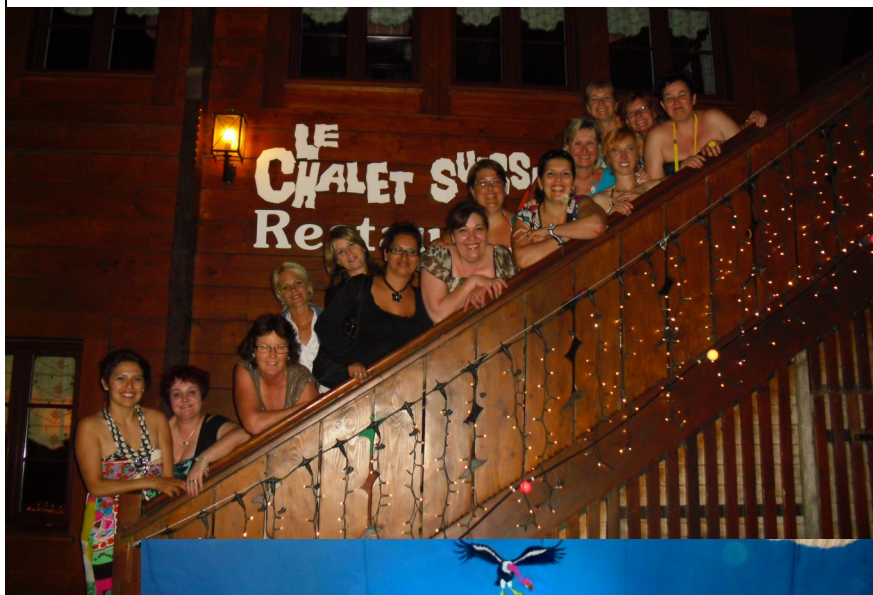
L'été touchant à sa fin, nous nous retrouvons en septembre et là grand boulot : la soirée du Motty. Alors nous avons le thème, le square dance et en voyant à quoi ça ressemble il faut se l'avouer nous n'étions pas tant motivées au début. Et au fil des répétitions, sur la musique de Lucky Luke assez drôle, nous jouons le jeu et nous entrons dans le rôle de nos personnages masculins pour certaines et féminins pour d'autres. Et vient le moment de monter sur scène par couple et de réaliser notre production, travaillée de manière drôle au début puis plus rigoureuse, pour en arriver à un résultat très sympa. La soirée était une première pour certaines et leur dernière pour d'autres. Les démonstrations se sont vite passées et nous voici à la fin de ces deux week-ends de gym et de bons moments.

Alors quand on nous propose de refaire notre ballet une fois de plus pour sauver une société en manque de groupes, c'est tout naturellement que notre réponse est oui. Enfin, comme à son habitude, la gym des actives ne se fait pas sans de bons moments ! En janvier nous sommes allées déguster un repas typique libanais bien mérité après toutes ces émotions durant l'année passée.

Je tiens surtout à remercier nos monitrices Maryc et Roxane pour leur bonne humeur, pour leurs belles chorégraphies et leur patience pour arriver à faire travailler toutes ces actives.

Et merci à vous toutes les actives car c'est toujours un plaisir de venir dans ce groupe pour transpirer en salle avec les super exercices ou les chorégraphies de nos monitrices ou pour passer simplement de bons moments.

Elodie



Rapport de la Présidente (AG 2014)

Mme la Présidente d'Honneur,
Mesdames et Messieurs les invités,
Mesdames et Messieurs,
Chers gymnastes,

Une année 2013 bien chargée, en plus des séances mensuelles du comité directeur, des diverses assemblées, séances, soirées de gym des autres sociétés, cours de formation des dirigeants, visites, appel au secours ... il y a eu le nouveau training d'Actigym, le Master Agrès, la démonstration du Croset, la Fête Fédérale à Bienne, le rallye des familles et enfin les soirées du Motty, de quoi nous occuper.

Revenons-y

Le training est tout beau et tout lumineux. J'aimerais remercier Corinne et Nancy pour tout leur travail. Pour information, nous en avons encore en stock et allons refaire une commande très prochainement alors le travail n'est pas fini.

Le Master Agrès à Ecublens : une super réussite sur tous les plans. Bravo et merci à Fabien et tout son comité d'organisation.

Le Croset, rythmé et bien préparé grâce aux productions variées. Merci à la commission soirées et à la super équipe des bénévoles.

La Fête Fédérale de Gymnastique à Bienne : 42 gymnastes répartis entre les Mixte 11-16, les Actifs et 2 Dames, 5 moniteurs, 4 aide-moniteurs, 1 juge Arianne, 2 porte-drapeaux Jean-Louis et Paco. Une super Fête à laquelle s'est associé votre comité, tant par le gros travail d'inscriptions/réservations, le déplacement sur place et l'accueil des participants lors de la verrée du dimanche 23 juin à la grande salle du Motty. Une aventure exceptionnelle et des supers résultats qui ont ravi les moniteurs.

Le rallye des familles : 11 équipes, super ambiance et belle journée !

Les soirées du Motty : toujours si attendues. Du travail, du stress, de l'émotion, du plaisir ... mais quel rendu ! Bravo à tous et merci à la commission soirées pour tout le travail accompli.

L'appel au secours de la société de gym du Mont-sur-Rolle, en manque de groupes pour son 100^{ème} anniversaire et la réponse positive des groupes Mixte 13-16 ans, All Dance 3 et Actives. Une super soirée conviviale ! Vive l'esprit gymnique.

La visite à Prilly avec Ghislaine chez Monsieur André Parisod, Membre Honoraire passif, qui fêtait ses 90 ans. En compagnie de 2 membres du comité cantonal des vétérans, nous avons passé un moment sympathique plein de souvenirs.

Et comme vous l'avez entendu lors de la lecture des rapports techniques, des résultats magnifiques aux concours. Actigym ne peut être que fière de ses gymnastes, moniteurs-trices et juges. Tous ensemble font que notre société avance, grandit et existe pleinement. Sur proposition du Comité, certains de nos gymnastes ont été récompensés lors de la remise de Mérites USL, soit au vu de leurs performances en 2013 soit pour leurs années de sociétariat, comme Dudu et Anne-Marie.

Actigym est active oui, mais derrière il y a souvent les mêmes personnes qui se donnent sans compter et que vous retrouvez toujours présentes lors de nos manifestations. Je parle bien entendu de mon comité qui fait un travail de dingue, des commissions soirées et internet, des comités d'organisation et des bénévoles. Merci à vous !

Merci aussi à Fabien qui a accepté de rejoindre le Comité et de s'investir encore plus pour Actigym. Aussi, si l'envie vous en dit, si vous avez du temps et de l'énergie, nous vous attendons au sein du comité ou des commissions. C'est grâce à tout le travail fourni durant cette année que nous avons pu acquérir du nouveau matériel : une piste de tumbling, des mini-trampolines afin que les groupes se préparent au mieux.

Voilà, pour finir encore merci et bravo à tous nos moniteurs qui s'investissent également au niveau cantonal et qui, par leur formation, continuent à inculquer les valeurs et l'esprit gymnique à nos membres.

Que 2014 soit une belle année gymnique.

AllDance 1, 2, 3 et Tests

Alldance 1

« Le feu, le feu, là-bas dans le ciel bleu s'est allumé soudain dans le camp des indiens. » Et bien, nos petites indiennes ont mis le feu à la scène !!! Pousser la chansonnette, sans musique à une dizaine sur scène même pas peur ! Que vous êtes belles ! Un énorme bravo à vous.



Alldance 2

Toujours en petit groupe, mais toujours très dynamique, des belles prestations avec un 1^{er} essai UV réussi. Merci les filles pour votre investissement. Continuez !

Alldance 3

« Une équipe de choc ! »

Des grandes copines, grandes bavardes. Pas toujours évident de tenir la barque avec tout ce petit monde qui se connaît si bien. Mais toujours motivées à présenter de nouvelles chorégraphies originales. Alors travail, travail et travail, mais travail ne rime pas toujours avec réussite, cette année c'était surtout blessure ! Deux de moins à une semaine du Motty...

Et en plus d'autres filles qui participent au championnat romand des tests individuels en gymnastique le même week-end. Même avec tout ça, nous n'avons pas perdu le sourire au contraire, nous nous sommes serrés les coudes et avons profité de tous les moments ensemble. Nous nous sommes éclatées.

Merci les filles pour ces moments de partage et de rire :)



Tests Individuels

« ça bosse dur ! »

Préparer les nouveaux tests, réviser pour le championnat romand, apprendre la chorégraphie pour le Motty.

Pour la 1^{ère} fois, nous avons fait deux groupes eux aussi frappés par les blessés. Le positif, les Tests un groupe qui ne cesse de grandir.

Une belle production qui mélange grandes et plus petites. Que du bonheur, d'être ensemble.

Evidemment si les événements se déroulent aux mêmes dates, c'est plus drôle.

Et donc, « courir » entre la soirée au Motty et Chamoson deux jours de suite c'est le top ! Motivation quand tu nous tiens.

10 participantes, en jeunesse 3 distinctions, Nolwenn , Juliette et Elsa. Catégorie Actives : Une médaille d'argent pour Muriel et la médaille d'or pour Jessica. Un grand bravo à toutes.

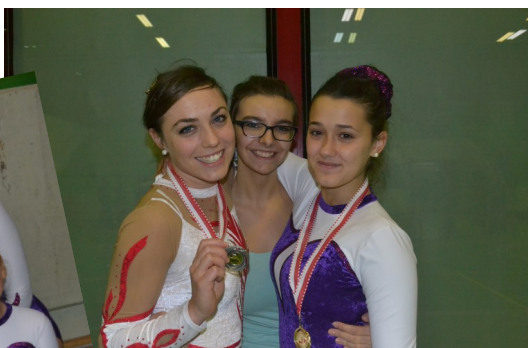
Grâce aux résultats obtenus à la Finale Vaudoise, 8 de nos gymnastes des tests ont obtenu un mérite USL.

Ce qui nous amène au championnat suisse à Marbach, deux belles distinctions pour Ainhoa et Jessica.

Bravo les Filles, continuez à vous investir autant.

Au taquet pour la saison 2014 !

Sarah



Groupe Parents-Enfants

Un joli groupe qui s'étoffe au fur et à mesure des mois dans l'année.

Super ambiance ! Un réel bonheur de faire découvrir les joies de la gym à ces petits bouts de choux.

- Le lapin de Pâques
- La Journée jeux à Chavornay
- La démo du Croset
- Le pique-nique
- Le changement de salle de gym
- Les soirées du Motty
- La visite du père Noël
- et voilà 2013 est passé

Les parents se remettent des émotions ressenties lors des soirées, s'émerveillent devant les progrès de leur enfant et partagent avec les autres parents des moments de plaisir.

Mon objectif est atteint

Roxane



RALLYE DES FAMILLES 6 octobre 2013

Voilà ce que c'est quand on se prend au jeu et qu'on se donne à fond : Eh bien on gagne le rallye des familles d'Actigym et on se voit devoir l'organiser deux ans plus tard.

2013 année peu chargée pour moi !!!!!, qu'est-ce qu'une organisation de rallye en plus.....

Alors ... je me creuse les méninges pour trouver des idées sympas de postes avec des devinettes fil rouge pour se diriger dans Ecublens et je peaufine un questionnaire amusant pour départager ou faire patienter les équipes.

Ensuite ... je trouve les personnes à mettre aux postes avec tout le matériel et je donne les explications nécessaires.

Voilà tout est prêt, je n'attends plus que les équipes qui arrivent les unes après les autres en vélo, en auto ou à pied.

L'ambiance est sympa, le soleil est là, la bonne humeur aussi. Tout est réuni pour passer une belle journée.

6 postes sont au programme, il faudra de l'agilité, de l'adresse, de la technique, de la rapidité, de la mémoire, du toucher, de l'esprit, de la déduction, de la connaissance cinématographique et du sens de l'orientation à toutes les équipes pour venir à bout de ce rallye.

Après l'effort physique et mental, le réconfort digestif attendait tous les participants au refuge. Pendant que nous comptabilisions les points, certains jouaient, d'autres grillaient, d'autres mangeaient mais tous profitaient de cet agréable moment de partage, de convivialité et plus tard de gourmandise devant ce magnifique buffet de desserts.

Mais place aux réponses et résultats tant attendus.

And the winner is : L'équipe MACT, formée de Manon, Christel, Tony et A..., la copine de Manon.

Je remets aux vainqueurs leur prix et mon ami le nain de jardin, Trophée de ce Rallye.

Merci à toutes mes aides précieuses aux postes : Gaby, Ghislaine, Anick, Gisèle, Alice, Nanissa, Magali, Canicia, ma maman et mes filles Mégane et Tess et merci à Naty .

Chouette expérience !

Beaucoup de plaisir !

Roxane



Chers Gymnastes, amis,
parents :

vous avez envie de nous faire
partager un article en
relation avec notre société ?
N'hésitez pas à nous le
communiquer, nous le
publierons volontiers !

Actigym
Case postale 351
1024 Ecublens



retrouvez-nous sur :

www.actigym.ch
info@actigym.ch

Rédaction

Alice Piotet
Av. de la Gare 65
1022 Chavannes-Renens
piotet@bluewin.ch

Sujets Pages

Soirée Motty City 2013	2-10
Mixte 7-12 ans	11
Actigyms'Fan	12
Croset 2014/Repas Honoraires	13
Moniteurs (trices)	13
Comité	14
Aquagym	15
Kids	16
Agrès 2	17
Actifs + Repas de soutien	18-19
Mérites USL 2013	20-23
Mixte 13-16 ans	24
Cotisations 2014	25
Agrès 1	26
Dames du jeudi	27
Calendrier Manifestations 2014	28-29
Actives	30-31
Rapport Présidente AG 2014	32-33
AllDance 1-2-3, Tests	34-36
Parents-Enfants	37
Rallye 2013	38-39

