



ACTIGYMINFOS

"Petites citations gymniques sympatiques"



La gymnastique est le solfège de tous les sports ♥

Les arbres font relativement peu de gymnastique. Avec le vent, ils agitent les branches et inclinent le tronc, mais un seul parmi eux est capable de faire le poirier.



La gymnastique, c'est l'art d'allier grâce, souplesse, force et dynamisme en un seul mouvement.

La gymnastique, c'est magique, qu'elle soit rythmique ou artistique, féminine ou masculine. Que l'on soit raide ou souple, grand ou petit, fort ou débutant, nous avons chacun notre place dans la gymnastique, car la gymnastique est avant tout un sport d'équipe.



La gymnastique est la culture régulière du corps ; elle est pour lui ce que l'étude est pour l'esprit.

Donner, recevoir, partager : ces vertus fondamentales du gymnaste sont de toutes les modes, de toutes les époques. Elles sont la gymnastique.

GRUPE ACTIFS

Fabien Cloux

Pour cette fin d'année 2014 nous nous sommes entraînés un dimanche après-midi dans la salle de la Marive à Yverdon. Cette salle dispose d'un Airtrack, d'un Tumbling mais le plus formidable dans tout cela c'est qu'elle est équipée d'une fosse avec cubes de mousse. Nous avons pu ainsi lancer des exercices inimaginables pour certains. Ce fut un bel après-midi de gym, malgré la blessure à la cheville de Marc, l'un de nos plus casse-cou d'Actifs !

Il y a eu aussi notre souper de soutien qui s'est bien déroulé dans l'ensemble. Je tiens au nom des Actifs à remercier toutes les personnes présentes ce soir-là. Pourtant une remise en question du groupe sur l'organisation s'est faite grâce à une personne du domaine de la restauration qui m'a fait plusieurs remarques pertinentes. Nous nous sommes en effet endormis sur nos lauriers. Pour 2016, une version plus soignée et originale sera à l'affiche.

Depuis la rentrée de janvier, nous sommes rentrés en période d'apprentissage et de rodage de nos productions. Le premier concours au mois de mai sera un test car les nouvelles directives aux agrès de société ont changé et rentrent en vigueur cette année.

Nous organisons cette année un concours agrès féminin (Master I) comme en 2013, dans la salle de gym du Croset, en juin prochain. Nous aurons besoin, comme il y a deux ans, de bénévoles pour mener à bien cette manifestation qui portera les couleurs de notre société et de notre commune.

Des informations seront bientôt sur le site www.actigym.ch.

Merci à tous.

Fabien et Tess



**DÉMONSTRATION DU
CROSET 2015**

**VENDREDI 19 JUIN
À 19H30**

SALLE DE GYM DU CROSET

BUVETTE

*Crêpes sucrées et salées,
Saucisses et Hot-dogs*

**MASTER 1 AGRÈS FÉMININ
ORGANISÉ PAR LE GROUPE ACTIFS**

SALLE DU CROSET

27-28 JUIN

Infos inscriptions des bénévoles : www.actigym.ch

AQUAGYM

Jacqueline Steinacher

1...2...3...4...5... et plouf dans l'eau. Nous voilà parties pour 1 heure d'aquagym.

Sous la conduite experte, mais indulgente, de nos 4 monitrices (Tamara, Nancy et 2 Anick) qui œuvrent à tour de rôle, nous évoluons soit en eau profonde ou à 120/130 cm avec ou sans accessoires (frites, manchons, planchettes, etc.). Chacune apporte sa petite touche personnelle, ce qui rend les leçons variées et très attractives.

L'aquagym c'est comme les BD de Tintin. Les participantes ont entre 25 et ... ans. Elles sont issues de différents groupes Actigym et appartiennent à plusieurs nationalités. Mais pas de problèmes intergénérationnels ni racistes, tout le monde est dans le même bain. Grâce à cette diversité, une ambiance amicale et très décontractée règne au sein du groupe.



Merci à nos monitrices pour leur engagement et leur bonne humeur.



GRUPE ACTIVES

Maryc Maeder

Une leçon de gym écourtée pour clore l'année 2014 ! Ce fût un simple apéro canadien qui s'est transformé en souper gargantuesque et cosmopolite avec spécialités goûteuses et boissons pétillantes comme les Actives !!!!!

Après les fêtes, on reprend l'entraînement où l' on travaille le sourire et la zénitude, comme notre présidente en fait la démonstration !!!! (voir photo de droite)

Mais, on ne perd pas les bonnes habitudes et on se retrouve pour notre repas de début d'année 2015 qui rassemble la troupe toujours dans la bonne humeur.

C'est reparti pour deux spectacles à présenter cette année (Le Croset et Le Motty) donc il va falloir remotiver les troupes... mais je suis sûre qu'après les frimas, quand le printemps revient, que les



Actives vont être au top pour se lancer de nouveaux défis et avec l'aide de ma nouvelle aide-monitrice nous allons essayer de continuer à explorer de nouveaux thèmes en mêlant rires, sueur, courbatures et plaisir !!!!! Merci à toutes pour votre entrain et votre motivation.

Maryc





Maryc, Catherine Rodriguez
(notre nouvelle aide-monitrice)
et Manoul

Les Trios

Puce, Pascale et Alice



GYM DAMES

du JEUDI

Nous avons recommencé l'année gymnique après l'été en accueillant deux nouvelles dames. Anna et Rosalia sont venues dans le groupe et nous leurs souhaitons beaucoup de plaisir.

Les cours sont très variés, gym cardio-vasculaire, steps, badminton, cerceaux, cordes à sauter, relaxation et stretching.

Nous avons fêté Noël en partageant ensemble un souper au Restaurant Café Vaudois à Ecublens. Cela a été l'occasion de récompenser Gaby qui quittait sa fonction de monitrice fin décembre 2014 et de la remercier chaleureusement pour ces leçons durant de nombreuses années.

Corinne Rochat
Corinne Veulliez

Au revoir
et
Merci



AGRÈS 2

Jenny Aubert

Si nous nous entraînons avec 8 gymnastes, seulement 4 font partie du groupe Agrès 2. Les autres gymnastes se sont vus proposer un deuxième entraînement afin de compléter celui du mardi avec le groupe Agrès 1. Une chance pour nous car donner un entraînement pour 4 gymnastes ce n'est pas très motivant. Une chance pour eux aussi puisqu'ils ont l'occasion de doubler leur nombre d'heures d'entraînement par semaine.

Le problème est que ni Stéphanie ni moi ne voyons l'intérêt de continuer ce groupe qui vivote depuis déjà bien quelques années. N'ayant pas pu trouver de solution pour remodeler les deux groupes Agrès, nous avons finalement décidé de donner notre démission pour cette fin d'année scolaire.

Nous avons passé de beaux moments et avons eu beaucoup de plaisir à entraîner ces gymnastes ces dernières années. Un nouveau projet est en cours et nous espérons que ces 4 gymnastes pourront en faire partie afin de pouvoir continuer ce sport qu'ils apprécient.

D'ici là, nous travaillons ensemble pour préparer cette dernière saison de concours avec l'apprentissage de nouveaux éléments et la consolidation des éléments déjà acquis !

Jenny

NOUS RECHERCHONS

Pour quelques fois par mois :

UNE monitrice GYM DAMES

pour les jeudis de 20h15 à 21h15



Contacts :

Corinne Veulliez 079.321.02.00 ou Roxane Giancamilli 079.546.72.11

GROUPE MIXTE 13-16 ANS

Loris Ramuz

Quoi de neuf dans le groupe Mixte 13-16ans ? Des changements.

Plusieurs gymnastes ont quitté le groupe, soit parce qu'ils étaient trop vieux (façon de parler, parce qu'à 16 ans, on est pas encore vieux) pour passer dans le groupe junior ou alors pour vaquer à d'autres occupations. Merci à tous pour votre engagement et bonne continuation.

Cela a eu comme conséquence, une diminution importante de l'effectif puisqu'avant Noël il n'y avait plus que 9 gymnastes (il n'y a pas si longtemps, nous étions presque 30). Afin de, passez-moi, l'expression, renflouer l'effectif, 9 gymnastes du groupe 7-13 ans, nous ont rejoint depuis janvier. Notre groupe est donc maintenant composé de 18 gymnastes de 11 à 16 ans. Cela allège le groupe de Roxane (il faut dire qu'il étaient nombreux à la Coquerellaz), nous permet d'avoir des leçons plus animées et, surtout, un nombre de gymnastes au mètre carré plus décent dans cette grande salle de Pluton qui paraissait de plus en plus grande en rapport avec le nombre de gymnastes d'avant Noël.

Cela forme depuis la reprise de janvier, un groupe dynamique, animé (mais pas trop) et motivé. Nous comptons sur les plus grands pour encadrer les plus jeunes, en montrant l'exemple et en partager leur expérience.

Il n'y aura pas de concours cette année. Chacun doit encore progresser. Mais nous présenterons une production à la soirée du Croset.

Dernier changement, mais non des moindres, l'arrêt du monitorat de Christel après 20 ans... Dire qu'en 1995, elle était venue juste comme ça pour dépanner un moment...

Merci Christel pour ton engagement et le travail effectué, tout de bon pour la suite. Bonne saison gymnique à tous.

Les moniteurs

COTISATIONS 2015

Cotisations dès le 5 mars 2015.

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 une 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.-

Nous vous rappelons que vos cotisations doivent être réglées

au plus tard le 30 avril 2015

Calendrier 2015 Actigym

Date	Lieu	Manifestation et cours 2015	
Mars			
1	Granges	Grenchner Cup	Trampoline
3	Ecublens/Motty	Assemblée générale	Tous
6	Belvédère	Parcours gymnastique	Mixte
14	Granges-Marnand	Assemblée générale des délégués ACVG	Comité/Tous
15	Möriken	Schloss Cup	Trampoline
15	Cossonay	Cours cantonal PE	PE
15	Cheseaux	Coupe de la Mèbre (filles par équipe)	Agrès
28-29	Yverdon	Master 2 (garçons)	Agrès
31	Ecublens/Centre socio	Assemblée des moniteurs	Moniteurs
Avril			
3-6	Sainte-Croix	Camp Agrès/Actifs Actigym	Agrès/Actifs
6-11	Moudon	Camp Agrès filles C3 à C7	Agrès
19	Sursee	Surseer Cup	Trampoline
25	Nyon	Master II (filles + garçons)	Agrès
Mai			
2-3	Lucens	Journée qualification gym. Ind. Tests	Tests
9	Yverdon	Coupe des Bains	Actifs
10	Muttenz	Basilea Cup	Trampoline
30	Villeneuve	Championnat Suisse Trampoline	Trampoline
30-31	Vallorbe	Journée qualification gym. Ind. Tests	Tests
30	Morges	Concours Sté Agrès Jeunesse et Adultes	Agrès
Juin			
6-7	Blonay	Champ. Vaudois Gymnastique Sté	
12-28	Baku/Azerbaïdjan	Jeux Européens GR et Trampoline	Trampoline
13-14	Aigle	Championnat Romand de société	Tous

Juin			
19	Ecublens /Croset	Soirée de démonstration du Croset	Tous
20	Aubonne	Finale VD tests / agrès	Tests
20-21	Clarens/Pierrier	Master II (garçons)	Agrès
27	Morges	Gala Vaudois Gymnaestrada 2015	
27-28	Ecublens/Croset	Master I (filles)	Agrès
Juillet			
12-18	Helsinki	15ème World Gymnaestrada	
Août			
1	Ecublens/Coquerellaz	Fête 1er août USL	Tous
2-7	Charmey	Camp Polysport 10-16 ans	
10-15	Oron-la-Ville	Camp Agrès Jeunesse garçons C1 à C4	Agrès
Septembre			
12-13	Yverdon	Champ. Suisse Sté Actif/Actives	Actifs
13	Vieux-Moulin	CC Dames/Hommes/Seniors	Dames/Gym douce
19-20	Lausanne	Congrès FSG	Tous
26-27	Burier	Championnat Vaudois Agrès	Agrès
27	Belvédère	Niv. 1 FSG 1 / FSG 2 / FSG 3	Tests
30	ACVG Maillefer	Soirée info 2015 division gymnastique	Moniteurs
Octobre			
3-4	Neuchâtel	Champ. Romand Agrès indiv.	Agrès
4	Belvédère	FSG 4 / FSG 5	Tests
8	Aigle	Conférence des dirigeants de Sociétés	Comité/Mon.
Novembre			
1	Belvédère	FSG 6 / FSG 7	Tests
1	Belvédère	Perfectionnement Gym et Danse J+S	
19	Lausanne	Séance info Agrès ACVG aux sociétés	Agrès
22	Burier	Rencontre Jeunesse Agrès Sté	Agrès
28-29	Ecublens/Motty	Soirées du Motty	Tous
Décembre			
4-5-6	Ecublens/Motty	Soirées du Motty	Tous
5-6	Obersiggenthal	Championnat Suisse de Société	
2016			
2 mars	Ecublens/Motty	Assemblée Générale	Tous
12	Préverenges	Assemblée générale des délégués	

Trampoline : Nicolas Schori en demi-finale des Mondiaux

Magnifique Nicolas Schori ! Crédité d'un total de 105,845 points, l'un des meilleurs de sa carrière, il s'est brillamment qualifié pour les demi-finales du concours individuel le premier jour des Championnats du monde de trampoline organisés du 7 au 9 novembre 2014 à Daytona (Floride, EU).

Trampoline : 12e rang pour Nicolas Schori aux Mondiaux

La Floride réussit à Nicolas Schori puisqu'il a pris l'excellente 12e place des Championnats du monde de trampoline qui se sont déroulés du 7 au 9 novembre 2014 à Daytona Beach (Floride, EU). Sans surprise, un doublé chinois a remporté la finale.



Excellent 12e des Mondiaux 2014 en Floride, Nicolas Schori s'est rapproché des grands.



Seul gymnaste suisse encore en lice pour les demi-finales, Nicolas Schori n'a pas tremblé, loin de là ! 18e au terme des qualifications, il a attaqué la toile pour tenter l'impossible : entrer dans la finale. A l'issue du passage des 12 concurrents du premier groupe, sa prestation à la hausse par rapport au jour précédent – 57,665 points contre 57,295 aux qualifications – lui a ainsi permis de pointer au 4e rang. Une quatrième place qui allait finalement céder au fil des passages des concurrents du deuxième groupe, composé des meilleurs spécialistes du moment. Le concours fut magnifique et les chutes peu nombreuses. Les Chinois Dong Dong et Tu Xiao et Gao Lei ne se sont pas fait de quartiers.



Texte Mérites USL

26 janvier 2015

Je suis très heureuse en tant que présidente d'être là ce soir et je tiens à remercier l'Union des Sociétés Locales pour cette soirée.

Actigym est une grande et belle société, fondée il y a plus de 100 ans et riche de plus de 400 membres de 2 ans et demi à ... pas d'âge, tant que l'envie et la santé sont là.

Nous proposons des cours divers, organisons des soirées gymniques, des soirées-spectacles, des concours et autres manifestations internes qui nous permettent de participer activement à la vie associative de la commune et de jouer un rôle important dans la promotion du sport, LA GYM sous différentes formes.

La devise de notre Fédération est **FIER * FORT * FRANC * FIDELE** et bien ce soir vous pourrez constater que oui !

😊 La gym ça rend **FIER** de ses résultats obtenus ou de donner de son temps

que oui

😊 La gym ça rend **FORT** tant en esprit, en volonté qu'en physique que oui

😊 La gym ça rend **FRANC** car on y vient sans arrière pensée, juste pour se faire du bien

que oui

😊 La gym ça rend **FIDELE** à une Société et à l'amitié qui naît entre ses membres

Et justement parmi nos membres, plusieurs moniteurs, plusieurs gymnastes seront à l'honneur soit pour leurs années de sociétariat soit pour leurs brillants résultats. C'est leur assiduité, leur motivation, leur performance et leur engagement qui les auront amenés à être récompensés par un mérite USL.

J'en remercie encore vivement l'USL. Et Bravo à tous pour tout ce que vous apportez à Actigym !

Les agrès sont représentés ce soir par **Sophie Perez, Guillaume Lopez et Nolwenn Perez**.

Sophie et Guillaume, moniteurs expérimentés et motivés, reçoivent un mérite pour leur magnifique titre de Champions Vaudois et Vainqueurs de la Fête Cantonale Vaudoise 2014 à Bière en gym à deux.

*Je leur laisserai présenter leur discipline qu'ils ne peuvent malheureusement pas vous démontrer ce soir, la scène étant quelque peu exigüe... et présenter **Nolwenn Perez**, leur gymnaste rayonnante et Championne Vaudoise C1. Bravo*

Les tests de gymnastique individuelle avec **Ilona De la Harpe, Championne Vaudoise FSG 1, encore Nolwenn Perez, Championne Vaudoise FGS2 à Bière** et une habituée de cette scène **Jessica Rullo, Championne Romande FSG6 à Lausanne**

Je laisserai les monitrices Sarah et Muriel, présenter leur discipline et leurs gymnastes. Bravo

Le trampoline discipline sport Elite avec notre inégalable et super champion **Nicolas Schori, membre de l'équipe nationale et s'entraînant à Aigle au Centre Régional**

Nicolas est un athlète d'exception, un physique, un dynamisme, une volonté, une résistance à l'effort, une concentration, un équilibre, une motivation, qui font de lui le meilleur trampoliniste suisse actuellement.

Il en a raflé des titres et des médailles et cette année encore il est arrivé :

2^{ème} en synchron avec Simon Progin aux Championnats Suisses à Vouvry

3^{ème} en synchron avec Simon aux Championnats d'Europe à Guimaraes Portugal

12^{ème} en individuel au Championnat du Monde à Daytona Beach, USA

C'est un grand honneur de le compter parmi nos membres et même s'il est actuellement en repos obligatoire, nous ne doutons pas des prochains magnifiques résultats qu'il obtiendra et espère vraiment pour lui une qualification pour les prochains JO . Bravo

Les moniteurs Christel et Loris Ramuz, récompensés ce soir pour 20 ans de monitorat.

Christel et Loris , Loris et Christel ,

pour moi c'est le binôme depuis toujours à Actigym bien que Loris ait commencé beaucoup plus tôt comme gymnaste. Een salle de gym, sur scène, c'est ensemble qu'ils travaillent des leçons, des productions, des concours, des fêtes fédérales; ils vont partout avec leur motivation et leur organisation. Que de travail accompli également lors des soirées au Motty, sur cette même scène ou derrière ou dessous ou à côté, enfin partout et ils arrivent tellement bien à tout coordonner pour les soirées que Nathan et Manon, leurs enfants, naissent les années soirées et sont déjà sur scène à quelques mois.

*Vous l'aurez compris chez les Ramuz quand on s'investit c'est à fond.
Merci pour tout cela ! Bravo*

Les Dames pour leurs 40 ans de fidèle sociétariat. Bravo

Je passe la parole à Ghislaine

Merci à vous, merci à vos monitrices et moniteurs, merci à vos juges, merci

Et merci encore une fois à l'USL pour l'attribution de ces mérites.

Roxane

Mlle	Nolwenn	Perez	Ch. de Verdaine 5	1042 Assens
Mlle	Jessica	Rullo	Ch. de la Forêt 31	1024 Ecublens
Mlle	Ilona	De la Harpe	Allée du Tilleul 6	1022 Chavannes
Mlle	Perez	Sophie	Ch. des Saules 2	1462 Yvonand
M	Lopez	Guillaume	Ch. de l'Ormet 110	1024 Ecublens
M	Nicolas	Schori	Rte de Sevéreux 5	1897 Les Evouettes
Mme	Christel	Ramuz	Ch. de la Maison de Ville 4	1053 Bretigny
Mme	Loris	Ramuz	Ch. de la Maison de Ville 4	1053 Bretigny
Mme	Madlyne	Chanel	Ch. des Vignettes 21	1008 Jouxkens
Mme	Marcelle	Masson	Ch. des Vignes 13	1024 Ecublens
Mme	Françoise	Wigger	Rte de Cottens 17	1117 Grancy



Gymnaste d'Actigym FSG Ecublens, **Agrès:** Championne Vaudoise 2014 Catégorie C1, Vice Championne Cantonale Vaudoise 2014 catégorie C1. **Test FSG 2 gymnastique individuelle (8-11 ans):** Championne Vaudoise 2014

Gymnaste d'Actigym FSG Ecublens. **Test FSG6 gymnastique individuelle:** Championne Romande 2014 aux Championnats Romands à Lausanne

Gymnaste d'Actigym FSG Ecublens. **Test FSG1 gymnastique individuelle (8-10 ans):** Championne Vaudoise 2014 à la Finale Vaudoise à Bière

Gymnaste d'Actigym FSG Ecublens. **Agrès Catégorie Elle et Lui:** Championne Vaudoise 2014 et Vainqueur de la Fête Cantonale Vaudoise 2014 à Bière (concours en couple)

Gymnaste d'Actigym FSG Ecublens. **Agrès Catégorie Elle et Lui:** Champion Vaudois 2014 et Vainqueur de la Fête Cantonale Vaudoise 2014 à Bière. (concours en couple)

Gymnaste d'Actigym FSG Ecublens. **Trampoline:** 2ème place en synchrone aux Championnats Suisse 2014 à Vouvry, 3ème place en synchrone aux Championnats d'Europe 2014 au Portugal. 12ème place aux Championnats du Monde 2014 à Daytona Beach USA

Pour 20 ans de monitorat à Actigym FSG Ecublens

Pour 20 ans de monitorat à Actigym FSG Ecublens

pour 40 ans de sociétariat à Actigym FSG Ecublens

pour 40 ans de sociétariat à Actigym FSG Ecublens

pour 40 ans de sociétariat à Actigym FSG Ecublens



AGRÈS 1

Jess, Alex, Diane, Guillaume et Sophie

Que notre avenir soit gym !!

Composé d'environ 25 gymnastes, garçons et filles, des catégories 1 à 3, le groupe Agrès 1 a encore grandi et continue son bonhomme de chemin. Une année de plus !

Les entraînements se déroulent tous les mercredis à la Coquerellaz et tout le monde s'y rend chaque semaine avec grand plaisir !

Du côté des moniteurs, il y a :

- Jess - l'espoir de la relève,
- Alex - la révélation chevronnée,
- Diane - la réflexion pragmatique,
- Guillaume - la force tranquille,
- Sophie - l'expérience fantaisiste !

Davantage de diversité dans cette équipe soudée n'aurait pu être imaginée ! Mais cela donne une force unique au groupe Agrès : chaque enfant peut retrouver en chaque moniteur une facette différente qui lui correspond !

Comme chaque année, la fin de l'hiver est dédiée à la préparation des concours qui auront lieu au printemps. Les éléments sont appris, les exercices sont composés et répétés dans l'idée de les perfectionner.

C'est dans une ambiance décontractée mais concentrée que les gymnastes jouent le jeu et progressent, à leur rythme et selon leurs objectifs !

Nous espérons que ces enfants seront récompensés ce printemps à la hauteur de leur travail et de leur volonté. L'année passée, leurs prestations, médailles, distinctions et mérites nous ont rendus fiers et nous le resterons longtemps !

Un grand merci aux enfants, aux parents, aux moniteurs, mais aussi au comité d'Actigym, de nous permettre de vivre chaque semaine des instants mémorables tous ensemble !

Les moniteurs

Jess, Alex, Diane, Guillaume et Sophie



« Actigyms'fan »



Case Postale 351
1024 ECUBLENS
www.actigym.ch
info@actigym.ch

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

San Vicente



2015

SALLE DU MOTTYP

SOIRÉES DE GPM

28-29 Novembre

4-5-6 Décembre

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

Actifs	2-3
Dates Croset 2015	4
Aquagym	5
Actives	6-7
Gym Dames	8
Agrès 2	9
Mixte 13-16	10
Cotisations 2015	11
Manifestations 2015	12-13
Trampoline	14
Mérites USL	15-19
Agrès 1	20-21
Actigyms'Fan	22
Dates Soirées 2015	23

MERCI

*Un grand merci à vous,
nos juges, qui, de part
votre formation et votre
investissement, permettez à
nos gymnastes de pouvoir
participer aux différents
concours.*

Le Comité