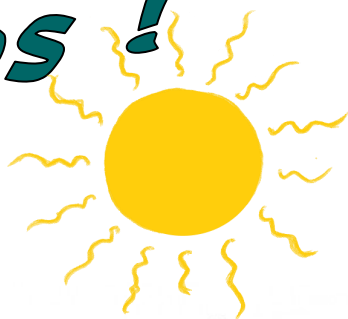




ACTIGYMINFOS

ça sent bon le printemps !



CALENDRIER

Date	Lieu	Manifestations et cours 2017
Mars		
3	Aigle	CP Elle et Lui Agrès
4	Granges	Grenchner Cup Trampoline
4	Forel	Forel Cup Agrès
5	Kerns	Camp entraînement Actifs Actifs
5	Lausanne/Vennes	Cours Dames-Séniors Moniteurs
8	Maillefer	CP Juge Tests gymnastique Tests
9	Ecublens/Motty	Assemblée Générale Tous
11	Crisrier	Assemblée générale des délégués ACVG Comité/Tous
12	Chavornay	Cours cantonal PE PE
18	Möriken	Schloss Cup Trampoline
18-19	Yverdon	Master II B Agrès
Avril		
1	Sursee	Soorsercup Trampoline
1-2	Lausanne	Master II A Agrès
1-2	Pierrier (Chernex)	Journée qualification gym. Ind. Tests Tests
Mai		
6-7	Burier (Vevey)	Master II B Agrès
6-7	Aubonne	Journée qualification gym. Ind. Tests Tests
13	Yverdon	Coupe des Bains Actifs
14	Yverdon	Coupe des Bains All dance 1 et 2
20	Préverenges	Finale Vaudoise gym. Indiv. Tests Tests
20-21	Lausen	CS Trampoline
20-21	Burier (Vevey)	Journées VD indiv. Agrès Jeunesse Agrès
Juin		
10-11	Lausanne	Journées Vaudoises Gymnastique Stés jeunesse All dance 1 et 2
16	Ecublens /Crosset	Soirée de démonstration du Crosset Tous
17	Pierrier (Clarens)	Champ. Vd de stés Actifs agrès et gymnastique Actifs/All dance 3
24-25	Serrières (NE)	Champ. Romand de stés Actifs/Team Aerobic

2017

Juillet					
30.7 au 4.8	Charmey (FR)	Camp polysport FSG			10-16 ans
Août					
1	Ecublens/Coquerellaz	Fête 1er août USL			Tous
11-13	Montreux	WaterRings Contests			Tous
14-19	Oron	Camps Agrès (35 places)			C1 à C4 dès 2009
Septembre					
2-3	Lausanne	Congrès FSG			Tous
9-10	Lausen	CS Trampoline			Trampoline
16-17	Lausanne	Championnat Vaudois Agrès indiv.			Agrès
24	Burier (Vevey)	Kid Gym			Agrès
Octobre					
1	Morges	Apprentissage tests			Tests
5	Le Lieu	Conférence des dirigeants de Siés			Comité/Mon.
7-8	Genève	Cham. Romand Agrès indiv.			Agrès
21	Grenchen	Team Cup			Trampoline
29	Morges	Apprentissage tests			Tests
Novembre					
1	Morges	Mémorial Arthur Gander			Tous
5	Morges	Apprentissage tests			Tests
5	Morges	Perfection Gym et Danse JS			Moniteurs
5	Lausanne	Rencontre jeunesse Agrès prép. CSSJ			Agrès
18-19	Delémont	Championnat Romand gym indiv. Tests			Tests
22	(Lausanne)	Séance info Agrès ACVG aux Siés			Agrès
25-26	Ecublens/Motty	Soirées du Motty			Tous
Décembre					
1-2-3	Ecublens/Motty	Soirées du Motty			Tous
2018					
lu 5 mars	Ecublens/Motty	Assemblée Générale			Tous
sa 10 mars	Cossonay	Assemblée générale des délégués ACVG			

ALLARD Gille	Ch. des Coterus 5 1407 Donneloye 01.03.2002	Gymnaste d'Actigym FSG Ecublens. 3ème en catégorie U15 National Boys aux Championnats suisses de Trampoline à Vouvry les 11-12 juin 2016
DIETZEL Sally	Av. de Croix de Rive 7 1028 Préverenges 15.01.2002	Gymnaste d'Actigym FSG Ecublens. 1ère en Synchron B avec Nathan Borloz aux Championnats suisses de Trampoline à Vouvry les 11-12 juin 2016. 2ème en catégorie U15 Elite à la Scalabiscup 2016 à Santerém (Port) le 19 juillet 2016
MORET Lucie	Ch. de la Sittelle 11 1173 Féchy 31.03.2005	Gymnaste d'Actigym FSG Ecublens. 2ème en Synchron C avec Robin Corthésy aux Championnats suisses de Trampoline à Vouvry les 11-12 juin 2016. 1ère par équipe en catégorie U13 Elite à la Scalabiscup 2016 à Santerém (Port) le 19 juillet 2016
GOYNÜLLÜ Semra	Ch. du Crosset 13F 1024 Ecublens 14.09.2004	Gymnaste d'Actigym FSG Ecublens. 2ème en catégorie Test FSG1 Jeunesse aux Championnats romands de Tests individuels de gymnastique à Bernex les 12-13 novembre 2016
SCHORI Nicolas	Rte de Sévèreux 5 1897 Les Evouettes 08.03.1987	Gymnaste d'Actigym FSG Ecublens. Champion suisse en catégorie Open Men aux Championnats suisses de Trampoline à Vouvry les 11-12 juin 2016. 13ème en catégorie Open Men aux Tests préolympiques de Trampoline à Rio le 19 avril 2016
<p>Nicolas a annoncé son retrait de la scène du sport d'élite à fin 2016. Membre du cadre national de Trampoline depuis 2005, il a été triple Champion suisse en individuel, titulaire du record suisse de difficulté, médaillé de bronze en synchron des Championnats d'Europe 2014 et surtout 1/2 finaliste des Championnats du Monde de 2015. Il a manqué de peu en 2012 et 2016 une participation aux Jeux Olympiques. Nicolas a porté loin et haut les couleurs de la Suisse, du canton de Vaud et d'Actigym FSG Ecublens dans la discipline du Trampoline.</p>		

Texte Mérites USL de Roxane Giancamilli-Salle du Motty-30 janvier 2017

Bonsoir,

Je suis très heureuse en tant que présidente d'être là ce soir et je tiens à remercier le Service de la Culture pour cette soirée de remise des mérites USL.

A Actigym, grande et belle société de plus de 440 membres, qu'on ait 2 ans et demi ou plus, ou beaucoup plus, ça bouge en salle, aux concours, en piscine, aux spectacles.

Eh oui, la gym c'est l'occasion de faire du sport, de se faire des amis et de participer activement à la vie associative de la commune.

La gym ça rend FIER de ses résultats obtenus

ça rend FORT en esprit, en volonté, en physique

ça rend FRANC pas d'arrière pensée

ça rend FIDÈLE à une Société

Et bien sur cette scène, vous allez récompenser plusieurs de nos gymnastes qui ont ces 4 « F » et qui, par leur assiduité, leur motivation et leur performance méritent d'être ici ce soir.

Merci de les avoir acceptés et bravo à Lucie, Sally, Semra, Gilles et Nicolas pour tout ce que vous apportez à Actigym quelle fierté et merci à vos moniteurs.

Nicolas n'est malheureusement pas là ce soir. Il a annoncé son retrait de la scène du sport élite Trampoline à fin 2016.

Nicolas reste le triple champion suisse en individuel, le titulaire du record suisse de difficulté, le médaillé de bronze en synchron des championnats d'Europe 2014 au Portugal et surtout le demi-finaliste des championnats du Monde de 2015 aux USA. Il a manqué de peu en 2012 et 2016 une participation aux Jeux Olympiques. Il est un gymnaste d'exception qui a porté les couleurs de la Suisse, du Canton de Vaud et d'Actigym très haut et loin. Bravo et bon vent pour la suite Nico *Il mérite vos applaudissements.*

Lucie, Sally et Gilles voilà un exemple à suivre. Je vous félicite pour vos résultats obtenus et vous souhaite plein de réussite lors de vos prochains concours de trampoline. Continuez à être passionnés

Semra, toi c'est en Tests individuels de gymnastique que tu obtiens de très bons résultats, continue à manier les engins à main et à évoluer sur le praticable avec grâce et exactitude et les médailles continueront à arriver. Bravo

Avant de passer la parole aux moniteurs, je voudrai remercier nos autorités communales pour la mise à disposition gratuite des salles de gym et de leur soutien tout au long de l'année.

Merci encore une fois au Service de la Culture pour l'attribution de ces mérites.

Bonne soirée

Roxane

MÉRITES USL 2016

Le 30 janvier 2017 a eu lieu la remise des mérites USL 2016 à la grande salle du Motty.

Cinq gymnastes ont reçu le mérite USL 2016 pour leurs très bons résultats durant l'année écoulée.

Il s'agit de Gille Allard (trampoline), Sally Dietzel (trampoline), Lucie Moret (trampoline), Nicolas Schori (trampoline) et Semra Goynüllü (tests individuels).
Bravo à eux !

Pour le Comité
Cloux Fabien
Responsable Technique



De gauche à droite :
Gille Allard, Semra Goynüllü, Sally Dietzel, Lucie Moret et notre Présidente
Roxane Giancamilli

Nicolas était malheureusement absent

GROUPE AQUAGYM

Le jeudi, youpiii, c'est l'aquagym.

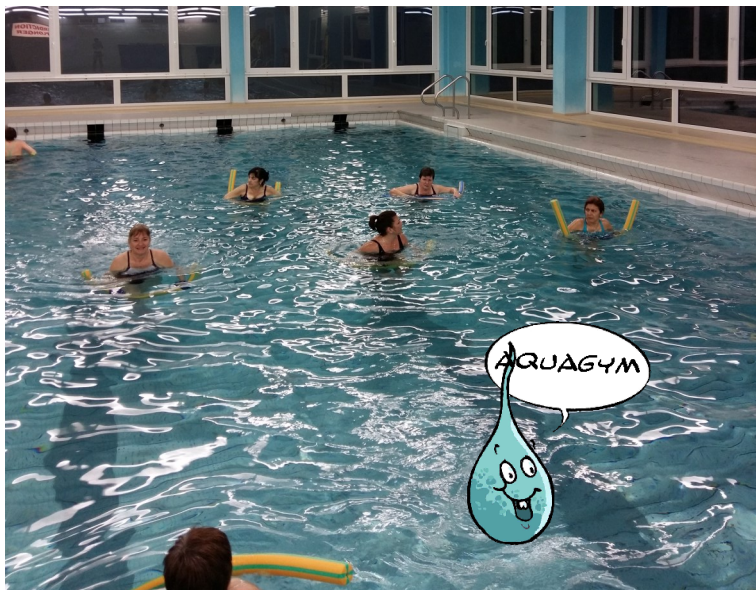
Même si notre concierge préféré nous prouve thermomètre à l'appui qu'elle frise les 27 degrés, la première difficulté est de réussir à entrer dans une eau toujours un peu trop fraîche pour ces dames.

Grâce à l'énergie de nos monitrices, c'est très vite que nous nous réchauffons au gré des exercices proposés. Chacune s'applique à faire preuve d'innovation et diversité, Anick et ses fameux manchons, Nancy et ses musiques entraînantes, Tamara, la spécialiste de l'eau profonde et Annick, volcanique et colorée.

Une autre source de chaleur est l'ambiance intergénérationnelle dans la piscine et avouons-le une légère tendance à discuter, mais sous l'œil bienveillant de nos monitrices qui savent que nous nous efforçons d'exécuter correctement nos mouvements.

Nous tenons à les remercier et leur dire combien nous apprécions leur indulgence, gentillesse et enthousiasme à toute épreuve.

Inès et Nathalie



MERCI MERCI MERCI MERCI MERCI



**Apéritif dînatoire des Bénévoles
Salle du Motty le 26 janvier 2017**



*Quelques beaux spécimens
d'une espèce rare ! ...*

RALLYE DES FAMILLES 2016

C'est le dimanche 6 octobre 2016 que s'est déroulé le traditionnel rallye biennuel des familles. Enfin, normalement, biennuel, puisqu'il avait été exceptionnellement repoussé d'une année.

C'est sous un temps mitigé, que jeunes et moins jeunes, petits et grands, garçons et filles, parents et enfants (nous n'allons pas énumérer toutes les possibilités, parce que pour le rallye d'Actigym, toutes les combinaisons sont possibles) se sont retrouvés dès 9h00 sur le parking du Pontet, pour s'amuser et réfléchir sur le thème du sport en général.

Durant une balade motorisée à travers Ecublens, chacun a pu faire travailler ses méninges sur un questionnaire et s'affronter au travers différentes épreuves mélangeant, sport, adresse, culture générale et autre.

Nous avons constaté à la lecture des questionnaires que les membres d'Actigym étaient très calés en sport (ou très habiles avec google...) tant les réponses furent excellentes.

Nous espérons que chacun y a trouvé du plaisir et, quelque soit le résultat final, passé un bon dimanche d'octobre.

Nous tenons à remercier toutes les familles qui sont venues et tenons à remercier toutes les personnes qui nous ont aidées à préparer le rallye et à tenir les postes., ainsi que le comité pour l'apéro de midi.

Nous tenons à féliciter les gagnants du rallye 2016 et nous réjouissons déjà de participer à l'édition 2018 qu'ils nous concocteront.



Bonne suite à tous.

Salutations sportives

Les organisateurs

Famille Tevaearai, grande gagnante

Julien et Joël (Gym PE), Sandrine et Anaïs (Gym enf.)



BRAVO A TOUS

Merci à la Famille Ramuz & Co pour cette belle organisation.

Merci à tous les participants et rendez-vous dans 2 ans !

Familles Masson-Caitucoli



Stéphane, Maelle (Alldance-Tests), Téa (Tramp-Agrès) et Tilan (Kids)

Famille Pfister



Michael et la petite Fabia (Gym PE), Simone (maman), David (Mixte 1) et Elena (Gym enf.)

GROUPE MIXTE 3

Une année bien plus calme pour nous, pour le moment, car après il faudra s'occuper du Croset et du Motty. Du boulot !

Beaucoup de progrès dans ce groupe avec le sourire et du plaisir.

On se réjouit de la suite des événements et de faire progresser nos gymnastes un maximum.

Magali





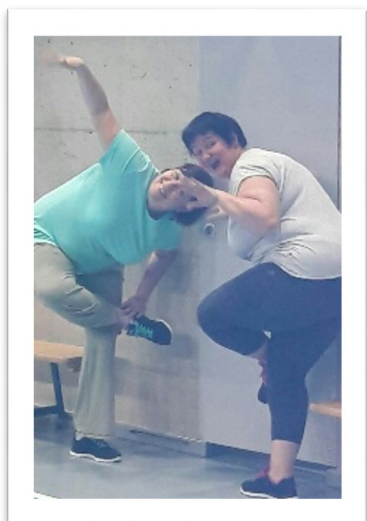
GROUPE ELLEGYM

Toujours en forme !

Les filles s'activent et se donnent du mal (dans tous les sens du terme ! ...) chaque mardi à 20h30, pour celles qui parviennent à s'extirper du canapé, bien au chaud en hiver ! Dur ...

Mais quand on y est, c'est TOP ! Merci à Maryc qui nous fait bosser et découvrir des muscles qu'on ne soupçonnait pas ! et toujours dans une bonne ambiance !

Alice



MOT DE LA PRÉSIDENTE



Bravo et merci

à tout mon comité pour tout le travail effectué

Bravo et merci

à tous les responsables de commissions et à tous leurs
membres

Bravo et merci

à toutes les monitrices et tous les moniteurs

Bravo et merci

à tous les gymnastes pour votre présence et vos excellents
résultats

Bravo et merci

à tous les bénévoles

Merci

à la Commune d'Ecublens

Actigym se porte à merveille grâce à vous

Roxane Giancamilli

DÉMONSTRATION DU CROSET 2017

VENDREDI 16 JUIN À 19H30

SALLE DE GYM DU CROSET

BUVETTE

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

*Venez nombreux soutenir
vos enfants
vos amis
vos familles
et ACTIGYM !*

SOIRÉES DU MOTTY 2017

ACTIGYM FAIT SA PUB



GRUPE TEAM AÉROBIC

Après avoir définitivement rangé mes basanes en quittant le groupe Actif, je ne pouvais pas rester sans rien faire !

C'est lors d'un concours avec les Actifs que j'ai découvert cette discipline qu'est le Team Aérobic et que je me suis tout de suite dit : c'est ça que je veux faire !

Aussitôt dit, presque aussitôt fait !

Après que le comité ait accepté l'ouverture d'un nouveau groupe, il me fallait une salle !

Et là, la galère, rien de disponible ni à Ecublens, ni dans les communes alentours jusqu'à ce fameux lundi matin de fin juin où, Oh Miracle, une salle était disponible pour moi !

La salle est petite, je ne peux pas y monter ma production mais bon...tant pis, je me lance malgré tout, on s'adaptera !

Début du cours en novembre avec 15 gymnastes. Au final, on est 10. Pas mal pour un début !

Mais heu...qu'est-ce que c'est le Team Aérobic en fait ?

Alors c'est...

L'apprentissage d'un nouveau langage : step touch, grapevine, v-step, jumping jack, leg curl et un tas d'autres encore....yeahhh on améliore son anglais ! ;o)

Des mouvements de jambes et de bras, mais qui ne font pas la même chose... et pas en même temps ! Des bras qui ne suivent pas les pieds, les pieds qui s'emmêlent...ou les bras...ou heu on ne sait plus...arrgghh...bref, la coordination c'est pas si simple croyez-moi !

9 nanas et....Steven ! ;o)

Une énorme motivation

De la musique qui bouge (c'est plus chouette !)

Un nouveau challenge pour moi....et pour tous en fait je crois !

Et une production en plein montage !



On se réjouit de vous présenter notre première production au Croset ainsi que de se confronter aux juges du championnat romand à Neuchâtel le 24 juin !

Stéphanie

ACTIGYM FSG ECUBLENS
CP 351 - 1024 Ecublens
www.actigym.ch
info@actigym.ch

COMMENT :



- **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**



SIMPLEMENT EN VOUS ACQUITTANT DE 20.- SUR NOTRE CCP OU IBAN. DÈS LE PAIEMENT EFFECTUÉ, VOUS SEREZ MEMBRE **ACTIGYM'FANS ! SOUSCRIVEZ ET/OU TRANSMETTEZ À VOTRE FAMILLE ET VOS AMIS AFIN QU'ILS BÉNÉFICIENT DE CES AVANTAGES ! D'ORES ET DÉJÀ MERCI DE VOTRE PRÉCIEUX SOUTIEN !**

GROUPE ALLDANCE 1

Un groupe qui se porte bien. Une vingtaine de gymnastes motivées et souriantes. Bravo les filles, continuez de prendre autant de plaisir !
On se réjouit des événements gymniques de 2017.

GROUPE ALLDANCE 2

Elles travaillent dur et bien. Un groupe défini par la diversité. Au taquet pour les défis de 2017.

Muriel et Sarah

GROUPE TESTS GYM

Adaptation, le mot d'ordre de la rentrée.

Jessica et Céline sont devenues monitrices. Il a fallu un temps d'adaptation autant pour les gymnastes que pour les monitrices. Les choses se mettent en place gentiment.

Elles ont fait leurs premiers pas en tant que monitrice lors du championnat romand où Semra a obtenu le titre de vice-championne romande au fsg2 et aux journées suisses où Nolwenn et Camille ont obtenu une distinction au fsg3. Une pensée pour Juliette qui termine 28ème sur 49 gymnastes dans la même catégorie. Un grand merci à Patricia notre fidèle supportrice, aux parents et aux juges qui nous accompagnent tout au long de l'année.

Gymnastes et monitrices, se réjouissent de la nouvelle saison de concours qui arrive!

Jessica, Céline et Sarah



Juliette, Camille et Nolwenn

GRUPE PARENTS-ENFANTS

Que du bonheur !

ça court ça crie ça joue ça gymnastique ça papote
ça transpire ça rigole ça pleure ça bouge ça chante
ça progresse ça saute ça se dépasse ça apprend

de supers moments passés ensemble.

Roxane



GRUPE MIXTE 1 ET 2

Une équipe de jeunes moniteurs Anaïs Kevin Lauren et Logan accompagnés d'une monitrice un peu moins jeune....Roxane mais un dynamisme commun qui fait que les leçons de ces 2 groupes sont variées et que les gymnastes se dépensent en progressant.

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



Actigym Ecublens
ou
Trampo Actigym

Rédaction

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



Sujets

Pages

Manifestations 2017	2-3
Mérites 2016	4-6
Aquagym	7
Bénévoles	8-9
Rallye des familles 2016	10-11
Mixte 3	12-13
Elle Gym	14
Mot de la Présidente	15
Croset 2017	16
Motty 2017	17
Team Aérobie	18
Fan's	19
Alldance 1 et 2, Tests	20-21
Parents-Enfants	22
Mixte 1 et 2	23

C'est le PRINTEMPS

YOUPPI !

