



# ACTIGYMINFOS

**AGENDEZ LES SOIRÉES**

**Disney Magic**

**MOTYP ECUBLENS**

**28-29**  
**NOVEMBRE**

**4-5-6**  
**DECEMBRE**

# INFOS **Disney Magic**

**Horaires :**

**Vendredi et Samedi : 20h00**

**Dimanche : 14h00**

**Ouverture des portes  
une heure avant le spectacle  
"Petite restauration"**

**Après Soirée DJ ouverte à tous  
dès la fin du spectacle**

**Billet Spectacle**

Adulte Fr. 20.-

Fan, AVS et Enfant (4 à 16 ans) Fr. 10.-

**PLACES NUMÉROTÉES - POUR RÉSERVER :**

**MERCREDI 18 NOVEMBRE, de 19h00 à 21h00 :**

Le Motty, Salle des Arcades (en-bas)

**En ligne dès le LUNDI 23 NOVEMBRE : par le site [www.actigym.ch](http://www.actigym.ch)**

**Si places restantes, billets en vente à l'entrée**

## **Souper de soutien VBC Ecublens \* 2 mai 2015**

*Présences chapeautés obligatoires au sympathique souper de soutien du VBC et 1er prix à la clé !*

*Accompagnée du célèbre*

*« Bouillon »*



**CHAT-POT-THÉ**



## **Invitation des Sociétés Locales**



*Le comité a répondu présent à cette aimable invitation de l'USL et a « testé » le billard de la Société d'Ecublens*



## Women Sport Evasion \* 21 juin \* Vidy

*Dimanche sportif pour quelques Actives et demoiselles du Mixte 3.*

*Journée super pleine de rires, de chorégraphies, de sueur et de découvertes sportives dans une super ambiance.*

*A refaire, pour sûr !!*



### **Gym DAMES** par Corinne R.

*En juin j'ai donné ma dernière leçon de gym aux dames du jeudi avec lesquelles j'ai partagé de très bons moments pendant de nombreuses années.*

*J'ai eu un très grand plaisir de vous connaître et je ne vous oublierai jamais. Votre humour - gentillesse - sympathie - amitié m'ont touchée.*

*Si je vous quitte aujourd'hui c'est pour réaliser d'autres projets.*

*Je vous embrasse affectueusement.*

*Corinne Rochat*

## **Gym DOUCE** par Danielle

*7h50 Quai n°1 départ de 21 luronnes pour une journée surprise. Chacune munie de son titre de transport.*

*Train, bateau et pedibus pour se trouver sur une magnifique terrasse avec vue imprenable sur le lac de Brienz ou un apéritif nous était servi, suivi d'un excellent repas.*

*Retour par Zweisimmen dans le mob panoramique.*

*Une journée plutôt magique avec une équipe pleine de bonne humeur et d'entrain.*

*Merci à toutes et à l'année prochaine.*

*Danielle*



# CROSET 2015



Parents-Enfants

Les Actifs

Aquagym



Les Tests



## Philippe, Thierry et Stéphane

*Cette année encore, moniteurs et gymnastes se sont donnés à fond pour vous montrer ce que leur travail en salle de gym toutes les semaines*



*(voire plusieurs fois par semaine suivant le groupe dans lequel ils sont peut donner.*

*Un grand merci à tous les bénévoles qui oeuvrent dans l'ombre pour que cette manifestation se déroule au mieux.*

*Un grand merci à vous, public, qui venez chaque année de plus en plus nombreux voir cette démonstration du Croset.*

*A vous tous, j'espère que vous avez passé un bel été et je me réjouis de vous voir à nos soirées du MOTTY !*



*Naty, responsable  
commission soirée 2015*

## Groupe ACTIFS par Tess

### *La naissance d'El Condor*

*Pour la première fois et grâce aux généreux participants à notre souper de soutien, les Actifs se sont rendus à Kerns en mars. Pourquoi aller jusqu'à Obwald pour un week-end d'entraînement ? Et bien parce que c'est la seule salle de gymnastique suisse qui possède une fosse aux anneaux balançants !! Plusieurs d'entre nous ont donc pu lancer leur première sortie double sans trop se soucier de la réception. De quoi donner des ailes à certains qui aimeraient bien mettre cet élément en compétition l'année prochaine !*

*Nous en avons aussi profité pour peaufiner/terminer l'apprentissage de nos trois productions. Il faut avouer que nous avons pris un peu de retard au sol et que ces heures de rattrapage ont été bénéfiques. Alors bien sûr, un week-end gymnique, c'est fait pour faire de la gym, mais ça permet aussi de développer les talents (gymniques ou non...) de chacun et d'apprendre à mieux connaître les membres du groupe. Suite à une sorte de « Cadavre Exquis », il s'avère qu'un nouveau personnage est né au sein des Actifs : c'est donc avec fierté que je vous présente El Condor !*

*Si les débuts d'El Condor semblaient prometteurs cette saison, il faut avouer que son envol n'a pas été aussi majestueux qu'espéré. Notre groupe a connu des compétitions un peu difficiles dont les résultats ne resteront pas forcément dans les annales. Sauf bien sûr notre 3<sup>ème</sup> place au saut, lors des Championnats vaudois à Morges.*

*Et puis surtout, cette saison a été marquée par le départ de Fabien. Après des années à la tête des Actifs, il a décidé de passer les clés de la Coquerellaz à Guillaume et moi-même à la rentrée 2015-2016. Je profite de ces quelques lignes pour le remercier sincèrement pour tout ce qu'il a apporté au groupe et pour la confiance accordée.*

Tess



<b>GROUPES</b>	<b>Jours/Heures</b> <b>Salle</b>	<b>Moniteur / Monitrice</b> <b>Aide moniteur / Aide monitrice</b>
<b>Actifs</b> <i>Compétition</i>	ME+JE 20:00-22:00 Coquerellaz	Moniteur : Guillaume Lopez Monitrice : Tess Rosset
<b>Actives</b>	MA 20:30-22:00 Coquerellaz	Monitrice : Maryc Maeder Monitrice : Catherine Rodriguez
<b>Agrès 1</b> <i>Compétition</i>	ME 18:00-20:00 Coquerellaz	Monitrice : Sophie Perez Monitrice : Jenny Aubert AM : Jessica Rullo
<b>Agrès 2</b> <i>Compétition</i>	MA 18:30-20:30 Coquerellaz	Monitrice : Diane Perez Moniteur : Alex Ulrich
<b>All Dance 1</b>	LU 17:00-18:30 Pluton	Monitrice : Muriel Mühlethaler AM : Sarah Giancamilli
<b>All Dance 2</b>	LU 18:30-20:00 Pluton	Monitrice : Sarah Giancamilli AM : Muriel Mühlethaler
<b>All Dance 3</b>	ME 19:00-20:30 Epenex	Monitrice : Sarah Giancamilli
<b>Aquagym</b>	JE 17:30-18:30 Pluton	Monitrice : Tamara Gothuey Monitrice : Annik Leresche Monitrice : Nancy Raveau Monitrice : Anick San Vicente
<b>Dames</b>	JE 20:15-21:15 Saturne	Monitrice : Corinne Veulliez
<b>Gym Douce</b>	LU 19:00-20:15 Saturne	Monitrice : Marily Pfister Monitrice : Danielle Meylan Monitrice : Maryc Maeder

<b>GROUPES</b>	<b>Jours/Heures</b>	<b>Moniteur / Monitrice</b>
	<b>Salle</b>	<b>Aide moniteur / Aide monitrice</b>
<b>Gym Infantine</b>	JE 17:00-18:30 Saturne	Monitrice : Corinne Veulliez AM : Brigitte Manero
<b>Juniors</b>	LU 20:00-22:00 Epenex	Moniteur : Steven Gambarotto
<b>Kids</b>	LU 17:00-18:00 Coquerellaz	Monitrice : Corinne Masson AM : Jamie Dietzel AM : Logan Masson
<b>Mixte 1-2</b>	MA 17:00-19:00 Coquerellaz	Monitrice : Roxane Giancamilli AM : Anick San Vicente AM : Kevin Trolliet AM : Anaïs Hadorn
<b>Mixte 3</b>	JE 17:30-19:30 Pluton	Moniteur : Tony Manière Moniteur : Kevin Trolliet AM : Magali Piotet
<b>Parents-Enfants</b>	JE 17:00-18:00 Coquerellaz	Monitrice : Roxane Giancamilli
<b>Tests gymnastique Compétition</b>	LU 20:00-21:50 Saturne JE 17:00-19:00 Epenex JE 18:45-20:00 Saturne	Monitrice : Sarah Giancamilli Monitrice : Muriel Mühlethaler
<b>Trampoline Compétition</b>	LU+JE 18:00-20:00 SA 08:00-12:00 Coquerellaz	Moniteur : Pascal Martin Monitrice : Arianne Masson AM : Corinne Masson AM : Florian Sulliger

**Pour toutes informations :**  
**visitez notre site [actigym.ch](http://actigym.ch)**

## **Camp AGRES** par Jenny

### ***Une magnifique aventure***

*Lors d'une séance moniteurs, Roxane nous annonce que la Gym Hommes a décidé d'allouer 1'500CHF à notre société pour un projet jeunesse. Une année et demi plus tard, après moult démarches, nous partons à Ste-Croix pour vivre 4 jours de camp de gymnastique aux agrès.*

*Ce sont 18 gymnastes de 6 à 18 ans, encadrés par 8 moniteurs bénévoles qui se sont entraînés dans la petite salle de la gare. Trois tournus le matin, deux l'après-midi puis une partie commune pour finir la journée tous ensemble autour d'une activité un peu différente.*

*Les participants ont fait travailler leur créativité lors des soirées, nous démontrant leur talent de styliste en confectionnant de magnifiques costumes en papier journal, leur talent de dessinateur pour un Pictionary géant et enfin leur talent de peintre sur œufs !*

*Week-end de Pâques oblige, la traditionnelle chasse aux œufs a eu lieu autour du chalet où nous logions. Il faisait un peu froid, mais ça n'a pas gâché le plaisir des gymnastes et des moniteurs !*



*La réussite de nouveaux éléments encore inédits, l'échauffement de danse classique, les interprétations au piano qui donnaient des frissons et la séance de relaxation en respirant avec le ventre ont été quelques-uns des moments clés de cette aventure. Nous avons eu énormément de plaisir à organiser, à cuisiner, à entraîner... Mais surtout à voir des gymnastes souriants et motivés tout au long de ces 4 jours. Que de souvenirs !*

*Nous discutons même d'une seconde édition mais chut...on ne vous en dit pas plus !*



## **Y faut le dire**

Dans note équipe.....

Les plus jeunes pourraient être les enfants des plus vieux. Les moniteurs changent, rajeunissent, les anciens restent et se reglissent dans le rang de gymnaste. Nos productions sont toujours vivantes et mettent en valeur le meilleur de chacun des gymnastes.

Même si nous affichons notre sourire, nous travaillons dur en tentant d'accepter les remarques, les corrections, les reproches, encouragements et ... (qu'il fait du bien d'entendre) les moniteurs satisfaits ! Oui, oui , ça arrive !

Chez nous, y a les gymnastes, les moniteurs et nos éléments indispensables !

Parlons-en d'ailleurs de ces piliers indispensables : ils sont là pour une production bien particulière, qui n'existe qu'en Suisse du reste !

Garçons ou filles, chacun sa tâche ! Ils sont la base essentielle et la portent entre leurs mains, au sens propre comme au figuré.

Pourtant, ils se font « brosser » autant que les gymnastes : « C'est en retard, c'est trop bas, c'est de travers, décalé ..... c'est trop haut ... eh oui ça arrive ». Le must, ils acceptent sans jamais râler ! Toujours présents, motivés, rassurants, confiants et souriants, c'est une denrée rare ! Ils sont recherchés, précieux et chouchoutés.

Quand on n'en a pas assez ?? On va rechercher des anciens qui dépannent au pied levé ! Une absence, un changement, ça met tout de suite le désordre et donne aux gymnastes une trop facile et mauvaise excuse, pour les erreurs qu'ils font.

On a tendance à les oublier lorsque, en spectateur, on voit la production dans son ensemble.

Vous avez bien compris, ce sont nos filles aux réglages et nos garçons les pousseurs ! A chaque sexe son domaine. Les gymnastes leur doivent une fière chandelle !

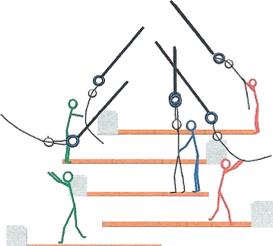
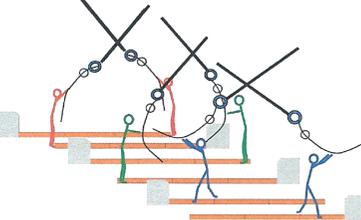
Ils se reconnaîtront et, au nom de toute l'équipe, un grand merci à eux ; sans leur travail, il nous serait tout simplement impossible de nous balancer aux anneaux et de virevolter dans les airs à cette hauteur, en synchrone ou décalé.

« Restez encore longtemps, on a besoin de vous ! »

Pour l'ensemble de l'équipe, merci pour ces bons moments de franche rigolade et ces nombreuses sorties mémorables !

### Un actif

#### Exemples :

<p><b>Dégradé croisé</b></p> <p>5 ou 6 gymnastes. Un gymnaste de face l'autre de dos et ainsi de suite. Les pousseurs tirent les gymnastes sur chaque temps ou sur chaque ½ temps</p>	
<p><b>Dégradé 2-2-2</b></p> <p>Les gymnastes côtes à côtes, dans un sens opposés sont tirés de manière simultanée. Les « groupes » de 2 sont ainsi tirés sur chaque temps ou chaque ½ temps</p>	

## **Master 1 à Ecublens les 27 et 28 juin**

*Ce fût une météo beaucoup plus clémente qu'il y a deux ans qui nous a accompagné cette année.*

*Les bénévoles étaient au rendez-vous ainsi que toutes ces demoiselles qui s'étaient préparées à fond pour le dernier concours avant la pause de l'été.*

*On aurait pu penser que l'esprit des gymnastes aurait été déjà en vacances ou en train de farnienter au soleil mais que nenni....toutes étaient bien concentrées afin de donner le meilleur d'elles-mêmes.*

*Résumons ce week-end par quelques mots :*

***Pour les gymnastes :***

*Trac-concentration-bobos-joie*

***Pour le CO :***

*Gestion-stress-improvisation-débrouille-plaisir*

***Pour les bénévoles :***

*Merci-merci-merci-merci*

*En clair ... que du bonheur !!!*

*Merci à tous ceux et celles qui ont participé de près ou de loin à ce Master I.*

*Pour le Comité d'organisation*

*Cloux Fabien*



## Groupe **AQUAGYM** par Nancy

*Voilà un groupe bien différent de la gym traditionnelle où l'on profite d'une piscine, un peu froide en fin de saison, vu qu'il coupe le chauffage pour la dernière leçon...*

*Mais heureusement, la chaleur et le beau temps étaient au rendez-vous à cette dernière trempette et nous avons pu prendre un apéro au soleil.*



*Un grand merci à Roxane de nous avoir concocter un ballet pour le Croset où nous avons bien ri et eu beaucoup de plaisir à le faire, même appris en deux leçons de 15 minutes...*



*PAGAYER C'EST PAS DUR...*



**Groupe AGRES 2** par Jenny

*Comme chaque année, le printemps est rythmé par les habituels Master pour les gymnastes du groupe agrès 2.*

*Entre temps, nous décidons de mettre l'accent sur deux exercices aux anneaux balançant : la « discloc » qui angoisse un certain nombre de nos gymnastes et la « sortie salto » qui en réjouit plus d'un !*

*Si le premier n'est pas encore maîtrisé par tous, le second est acquis ! Bravo pour votre motivation et votre persévérance dans l'apprentissage de ces nouveaux éléments. Nous avons d'ailleurs pu les insérer dans notre démonstration saut/anneaux au Croset. Nous avons eu énormément de plaisir à préparer et entraîner cette production, nous avons retrouvé des gymnastes motivés et une belle dynamique de groupe.*

*Comme annoncé en début d'année, Stéphanie et moi avons décidé de remettre le groupe à d'autres moniteurs.*

*Nous souhaitons beaucoup de plaisir à Diane et Alex qui reprennent le flambeau !*

*Jenny pour le groupe agrès 2*



**TESTS INDIVIDUELS** par Muriel et Sarah

*Un groupe qui ne cesse jamais de grandir. Avec 11 nouvelles gymnastes, la relève était assurée. Malheureusement les corrections des pas sont moins précises lorsqu'elles sont autant à devoir être corrigées. C'est pourquoi nous étions plus que contente lorsque les résultats des concours sont tombés. Une médaille d'or pour Eylem au FSG1, une médaille de bronze pour Nolwenn au FSG3, une médaille d'argent pour Céline au FSG5 ainsi que 1 médaille de bronze, une d'argent et une d'or pour Jessica au FSG6. Sans oublier toutes les distinctions auxquelles nous avons eu droit. Un immense bravo à toutes pour votre motivation et votre persévérance, continuez comme ça =) En concours par équipe nous avons également obtenu 2 fois la deuxième place dans la catégorie active. Que demander de plus ?*

*Un immense merci également aux parents qui ont été très présents cette année. Votre soutien nous donne beaucoup d'énergie !*

*Rendez-vous dans quelques mois pour les championnats romands de gymnastique individuelle à Bulle où plusieurs de nos gymnastes vont concourir.*

*Muriel et Sarah*



**ALL DANCE 2** par Muriel et Sarah

*Un groupe comme celui-ci, je vous l'assure, il n'y en a qu'un. Que d'énergie, de sourires, de motivation et surtout d'amitié. Grâce à ce doux mélange, une chorégraphie montée en équipe avec la participation de toutes a pu être présentée au Croset : et elles se sont éclatées ! Quel bonheur de voir ces visages illuminés... Que ce soit à la danse où lors de brunchs ou soupers, la bonne humeur est toujours présente, et pour cela MERCI !*

*Nous sommes tout de même contente que ce groupe ce soit désormais un peu agrandi avec l'arrivée de nouvelles gymnastes. Bienvenue à elles, et rendez-vous au Motty !*

*Muriel et Sarah*



## **AGRES 1** par Alex

*C'est toujours avec une belle dose de bonne humeur que le groupe Agrès I (C1 à C3) s'est réuni tous les mercredis de 18h à 20h l'année passée. Sophie, Diane, Jessica, Guillaume et Alex ont accompagné les jeunes gymnastes en alternant l'entraînement physique (force, souplesse, gainage, coordination), le travail de préparation aux concours, la préparation aux soirées, et bien sûr, les jeux qui renforcent l'esprit d'équipe et les liens dans le groupe (même pour les moniteurs!).*

*Semaine après semaine, chacun, gymnaste ou entraîneur, a su nourrir une ambiance propice au travail.*

*Filles et garçons ont participé à 3 concours, nous avons eu 7 gymnastes qualifiés pour les championnats vaudois (les 26 et 27 septembre à Vevey) et même trois qualifications aux championnats romands (les 3 et 4 octobre à Neuchâtel).*

*Grâce au financement de la Gym Hommes, Jenny et Sophie ont pu mettre sur pied un camp de Pâques à Ste-Croix qui, au vu de la température, aurait bien pu être un camp de ski. Tous les moniteurs Agrès I ont coaché une vingtaine de gymnastes pendant 4 jours et 3 nuits. Là encore l'ambiance fut au rendez-vous dans la salle de gym, mais aussi à la cuisine, dans les dortoirs ou encore à la chasse aux œufs. Encore un grand merci à la Gym Homme sans qui ce projet n'aurait jamais vu le jour.*

*La soirée du Croset fut aussi un moment fort pour toutes et tous. Petits et grands ont été pris par la magie du spectacle en public et ont découvert ou redécouvert la joie de préparer une présentation gymnique au delà de la compétition.*

*Guillaume a laissé le groupe avant la fin de l'année scolaire pour des raisons professionnelles et va reprendre les rennes des Actifs dès la rentrée, les mercredis à 20h. Diane et Alex vont s'occuper des plus grands gymnastes Agrès II (C4 à C6), les mardis de*

*18h30 à 20h30, Jenny va venir se joindre à Sophie et Jessica aux Agrès I aux heures habituelles, les mercredis de 18h à 20h. Bien que tristes de nous séparer, nous nous réjouissons de la nouvelle année et vous donnons tous rendez-vous à la soirée du Motty, le dernier week-end de novembre et le premier de décembre, dans le monde merveilleux de Disney.*

*Pour le groupe Agrès I, Alex*

### **ALL DANCE 1** par Sarah

*Que d'énergie dans ce groupe ! Trente gymnastes au taquet de 17h00 à 18h30. Une belle motivation qui fait que souvent la monitrice finit bien plus fatiguée que les gymnastes.*

*Elles ont mis beaucoup de soin à préparer le spectacle du Croset. Quel plaisir de voir des sourires remplis de fierté.*

*Bravo et continuez comme ça !*

*Sarah*



### **ALL DANCE 3** par Sarah

*Un groupe en constante évolution. Une jolie brochette de nanas aux caractères bien différents avec lesquels il faut apprendre à composer chaque semaine.*

*Une belle chorégraphie pour le Croset. Au taquet pour la suite !*

*Sarah*

**MIXTE 3** par Loris

*Le groupe mixte 3 se porte bien.*

*Après une petite baisse d'effectif, de nouveaux gymnastes motivés ont rejoint le groupe qui se compose maintenant d'une vingtaine de gymnastes.*

*Comme il n'était pas prévu de faire de concours cette année, nous en avons profité pour travailler l'individuel aux différents engins et de se dépenser dans différentes activités.*

*L'avantage de faire des concours, c'est que nous préparons des productions pour y participer et nous devons commencer tôt pour être prêts le jour « J » et lorsqu'arrive la démonstration du Croset... facile, on présente ce qu'on a préparé pour les concours. Mais cette année... petit coup de stress... pas de concours... pas de productions préparées à l'avance... aïe aïe aïe ! Comment ça, il ne reste plus que 6 semaines jusqu'au Croset ? Bon c'était chaud, mais on l'a fait. Merci à tous les gymnastes. Et bravo pour cette production rapidement apprise.*

*Les moniteurs remercient chacun pour sa motivation et son entrainement durant les entraînements, cela fait plaisir de voir tous ces jeunes transpirer chaque semaine !*

*Cela me fait un peu bizarre d'écrire une dernière fois en tant que moniteur. Après plus de 20 ans de monitorat, j'ai décidé de passer la main à une nouvelle équipe de moniteurs.*

*Je tiens à remercier tous les gymnastes que j'ai côtoyés durant toutes ces années et qui m'ont apporté beaucoup de plaisir et de satisfaction en salle, ainsi que lors des différents concours. Avec comme moments forts, les 2 participations à la Fête fédérale de gymnastique (Frauenfeld et Bienne). Tous les parents qui m'ont fait confiance pendant de nombreuses années ainsi que les membres du comité, passé ou présents, pour leur soutien et leur aide.*

*Merci à vous tous !*

*Je souhaite plein succès à Tony, Kevin et Magali qui continueront à encadrer tous ces gymnastes.*

*Bonne reprise à tous*

*Loris*

**MIXTE 1 et 2** par Roxane



*Des gymnastes qui en veulent, qui se donnent à chaque leçon, qui progressent.*

*Des moniteurs qui se donnent à fond et qui sont heureux du rendu des productions.*

*Le mardi tout le monde a la pêche de 17h00 à 19h00 à la Coquerellaz !*

*Bravo à tous*

*Roxane*

## PRESIDENCE D'HONNEUR

Lors de l'Assemblée Générale du 3 mars 2015, j'ai eu le grand honneur d'annoncer que Marily Pfister et Patrice Schaub avaient accepté de devenir nos Présidents d'Honneur.

*Marily et Patrice, qui ne les connaît pas ?*

*Ils sont des figures emblématiques, de « grandes » personnes qui ont œuvré dans et pour la gymnastique, pour les gymnastes, dans le monitorat et au sein de commissions ou de comités.*

*Ils ont occupé avant moi la place de Présidente/Président, ils ont donné sans compter, se sont investis et ont amené notre Société Actigym là où elle est.*

*Des rendez-vous marquants, il y en a eu beaucoup ! Les Fêtes Cantonales, les Fêtes Fédérales, les soirées du Motty, le retour des JO en 2004, la fusion, le 100ème et bien sûr la Gymnaestrada 2011 à Lausanne et à Ecublens, aventure humaine exceptionnelle, pour gymnastes et bénévoles.*

*Marily, Patrice, je suis honorée et, avec une grande émotion, je vous dis merci au nom d'Actigym.*

Roxane Giancamilli

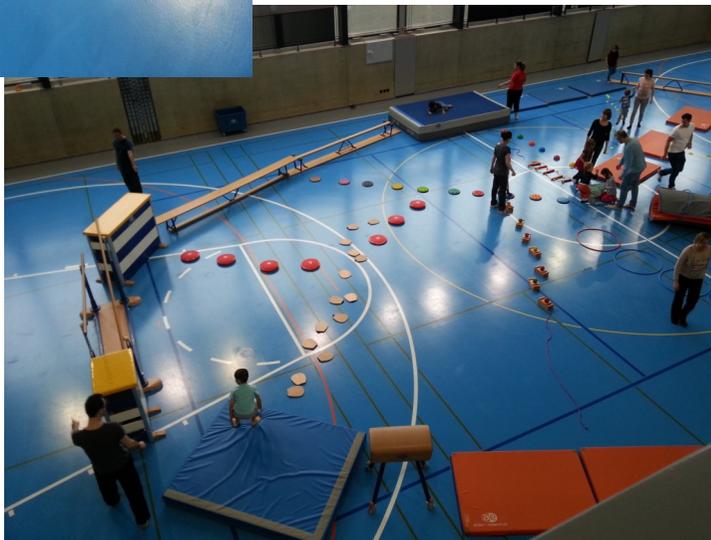


## **PARENTS-ENFANTS** par Roxane

*Tout roule, super ambiance, bonne humeur, joie, concentration, plaisir, jeux, persévérance et sueur !*

*La gym PE : une heure de partage avec son enfant = du bonheur !*

*Roxane*



Chers Gymnastes, amis et  
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

## Rédaction

Alice Piotet

Av. de la Gare 65  
1022 Chavannes-Renens

piotet@bluewin.ch

retrouvez-nous sur :

[www.actigym.ch](http://www.actigym.ch)

[info@actigym.ch](mailto:info@actigym.ch)



## Sujets Pages

Soirées 2015	1-2
VBC-USL	3
Women Sport Evasion	4
Gym Dames	4
Gym Douce	5
Croset 2015	6-7
Actifs	8-9
Monitorat 2015-2016	10-11
Camp Agrès	12-13
Y faut le dire	14-15
Master I 2015	16-17
Aquagym	18
Agrès 2	19
Tests Individuels	20
All Dance 2	21
Agrès 1	22
All Dance 3 et 1	23
Mixte 3	24
Mixte 1 et 2	25
Présidence d'Honneur	26
Parents-Enfants	27