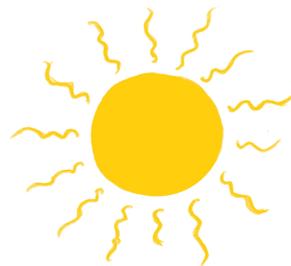




ACTIGYMINFOS

C'est le PRINTEMPS

YOUUPPI !



MÉRITES USL 2017

Bonsoir à tous,

Actigym....notre belle et grande société, qui existe depuis 108 ans, compte plus de 430 membres. La gym on la commence dès 2 ans et demi jusqu'à point d'âge.....c'est un mélange de rigueur plaisir rencontre amitié que ce soit en salle à la piscine en concours ou lors de nos spectacles.

Les années passent et se ressemblent..... Enfin pas pour moi puisque j'ai l'honneur en tant que vice présidente d'Actigym de présenter pour la 1^{ère} fois nos récipiendaires.....mais pour vous Semra, Ilona, Nolwenn et Céline nous ne compterons plus le nombre de mérites que vous avez déjà reçus.

Un énorme BRAVO les filles pour vos brillants résultats lors des 2 qualifications qui vous ont permis d'accéder à la Finale Vaudoise à Préverenges en juin dernier. C'est toujours avec fierté, émotion et les larmes aux yeux que nous vous regardons monter sur le podium.

Semra	: médaille d'OR	
	et championne vaudoise (ex aequo)	FSG 2
Ilona	: médaille d'ARGENT	FSG 3
Nolwenn	: médaille de BRONZE	FSG 4
Céline	: médaille de BRONZE	FSG 6

Pour finir médaille de BRONZE par équipe Juniors-Actives

Si vous êtes à nouveau ici ce soir, c'est tout d'abord grâce à votre persévérance aux entraînements à toujours vouloir faire mieux, vous surpasser, donner le meilleur de vous-même. Mais aussi à vos monitrices qui vous motivent, vous soutiennent dans vos moments de doute et qui vous encouragent continuellement.

MOTTY – 29.01.2018

Finalement à vos parents qui sont chaque jour là pour vous, toujours présents lors de vos concours... le cœur battant avec un stress non moins dissimulé car manier avec grâce et exactitude un engin à main afin qu'il ne tombe pas c'est prenant.

Un immense MERCI Semra, Ilona, Nolwenn et Céline de nous faire vibrer de joie, de bonheur à chaque concours. Un tout grand MERCI à vous Sarah et Muriel de transmettre votre passion à vos gymnastes ça depuis maintenant plus de 10 ans. Merci à vous parents d'avoir confiance en vos filles et en leurs monitrices.

Je terminerai en remerciant tout d'abord l'USL pour cette soirée et pour l'attribution des mérites à nos gymnastes mais aussi nos autorités communales pour la mise à disposition gratuite des salles de gym et pour leur soutien tout au long de l'année.

A l'année prochaine j'espère et vive Actigym.

Bonne soirée.

Anick



GRUPE ENFANTINE

Corinne Veulliez

LE BONHEUR C'EST



un groupe d'amis
Des rires
Des jeux

DES BONBONS



ET DES



GROUPES ALLDANCE 3 / TESTS GYM

Sarah Giancamilli

Alldance 3 Après avoir rasé le surplus de poils au Motty, on s'attaque aux petits bourrelets acquis pendant les fêtes. On danse et on rigole ! Merci les filles. Allez, on y retourne et on se prépare déjà pour le Croset.

Tests Gym Les otages libérés, le facteur sauvé et donc Zalando toujours au taquet. Les gymnastes se préparent avec enthousiasme pour la saison de concours qui débute fin avril.

Merci les filles pour votre énergie au quotidien. On se réjouit déjà des prochains évènements.



All Dance 1



All Dance 2



All Dance 3



Tests



	Date	Lieu	Manifestations et cours 2018	
Mars	3	Granges	Grenchner Cup	Trampoline
	5	Ecublens/Motty	Assemblée Générale	Tous
	10	La Sagne	Assemblée générale des délégués ACVG	Comité/Tous
	18	Chavornay	Cours cantonal PE	PE
	18	Forel	Master I	Agrès
	21	Yverdon	FSG Admin.	Comité
	24	Möriken	Schloss Cup	Trampoline
	24-25	St-Prex	Master II	Agrès
Avril	21	Lausen	Basilea Cup	Trampoline
	26	Bussigny	Repas des Membres Honoraires et d'Honneur	MH/Comité
	28-29	Orbe	Journée qualification gym. Ind. Tests	Tests
Mai	28-29	Burier (Vevey)	Master II	Agrès
	5-6	Yverdon	Coupe des Bains	Actifs
Juin	6	Ecublens/Croset	La plus grande leçon de gym, duel intercommunal Coop	Tous
	12	Lausen	Ergolz Cup	Trampoline
	26-27	Morges	Champ. Vaud. Gym. Stés	Gym à deux
	26-27	Yverdon	Champ.Vaud. Agrès Stés	Actifs
	2-3	Lausanne	Journée qualification gym. Ind. Tests	Tests
	2-3	Volketswil	CS Trampoline	Trampoline
Juillet	3	Renens	Master I	Agrès
	8-10	Lausanne	FRG 18	Agrès/Trampoline/Gym
	15-17	Lausanne	FRG 18	Agrès/Gym/Aérobic
	22	Ecublens/Croset	Soirée de démonstration du Croset	Tous
	23	Yverdon	Journée jeunesse Parents/Enfants et Enfants	PE/Enfantines
	23-24	Yverdon	Master 2	Agrès
	30	Gland	Finale vaudoise gym. Ind. Tests	Tests
	23-27	Orbe	Camp Gymnastique et Danse	7-14 ans
Août	1er Août	Ecublens/Coquerellaz	Fête 1er août USL	Tous
Septembre	1-2	Lausanne	Congrès FSG	Tous
	15-16	Chexbres	Championnat Vaudois Agrès indiv.	Agrès
	23	Ecublens	Cap sur l'Ouest	Tous
	29	Montreux	Formation juges Tests 1ère partie	Tests
	30	Lausanne	Cours apprentissage FSG6 et FSG7	Tests
Octobre	7	Lausanne	Cours apprentissage FSG4 et FSG5	Tests
	7	Refuge Ecublens	Rallye des familles	Tous
	8	A définir	Rencontre annuelle	Comité/Mon.
Novembre	3	Montreux	Formation juges Tests 2ème partie	Tests
	4	Lausanne	Cours apprentissage Niveau 1, FSG1, FSG2 et FSG3	Tests
	10	Vieux-Moulin	Cours Jump I	Jeunes Moniteurs
	14	Chiasso	Mémorial Arthur Gander	Tous
Mars 2019	28	Amphimax Lausanne	Séance info Agrès ACVG aux Stés	Agrès
	ma 5 mars	Ecublens/Motty	Assemblée Générale	Tous
	sa 9 mars	Yens sur Morges	Assemblée générale des délégués ACVG	Comité/Tous

GROUPE KIDS

Corinne Masson

Groupe kids = rire, joie, bonne humeur, peur, se surpasse, s'améliorer, copain, engin, meilleur, ...

Après vous avoir présenté, avec notre plus beau sourire, notre pub babibel lors de notre soirée, nous sommes motivés par la nouvelle année.

2018 = gros changement.

On change de jour. Maintenant nous nous entraînons le mercredi de 17 à 18.30 toujours à la Coquerellaz.

La fin de l'entraînement, on le partage avec les agrès 1.

2018 = pas de changement.

On reste les mêmes: monitrices et gymnastes.

Corinne



GROUPE AGRES 1

Jenny Aubert

Le Motty c'est toujours beaucoup de travail en amont : trouver les costumes, monter la production, faire répéter encore et encore pour que chacun se souvienne de sa place, etc. De la fatigue aussi le moment venu mais toujours autant de plaisir de voir les enfants entrer dans le jeu, essayer de nouveaux portés avec beaucoup d'enthousiasme, se transformer en « pulpe » et en « bulle », avoir un peu de stress le jour de la soirée (surtout lorsque c'est filmé!).

Bref, on a fini l'année en beauté !

Quelques changements importants pour le groupe début 2018. Nous avons regroupé en partie l'entraînement des Kids et des agrès. Ceci nous permet de profiter de plus d'entraîneurs, de gagner du temps à la mise en place du matériel, en résumé : de regrouper nos forces ! Suite à ma décision de quitter le monitorat, c'est Eloïse et Clarisse qui reprennent les rênes. Je leur souhaite autant de plaisir que j'en ai eu ces dernières années.

Jenny



GROUPE AQUAGYM

Nancy Raveau



Une fois qu'on est rentrées dans l'eau : que du plaisir. **Denise**

Avec Anick, Nancy, Tamara et Volc-Annik : des cours dynamiques et colorés . **Huguette**

On nage dans le bonheur, la bonne humeur et l'eau fraîche...

Nathalie

On barbote et on papote...

On se mouille pour l'aquagym. **Corinne**

Des cours d'aquagym et des monitrices hautes en couleurs...



GROUPE GYM DAMES

Corinne Veulliez

Que dire de la Gym Dames ? C'est une équipe de gymnastes très soudée, solidaire, motivée et joyeuse qui, depuis quelques mois, est ravie d'avoir accueilli de nouvelles jeunes sportives venues renforcer le groupe. Avec elles, l'équipe a découvert un nouvel élan, transmis tout naturellement.

Cette dynamique est véhiculée grâce à l'entrain insufflé par notre monitrice, Corinne Veulliez. Il faut dire que, derrière ces yeux et ce sourire malicieux, se cache une monitrice talentueuse qui nous donne la « pêche ». Sa patience n'a pas d'égal lorsqu'elle doit faire face à une équipe dissipée et espiègle à laquelle elle tente de donner sa leçon et à faire appliquer les exercices proposés.

C'est ainsi que se passent les cours de gymnastique du jeudi soir et il faudrait vraiment « être de bois » pour ne pas céder à cet esprit joyeux, ceci en alliant bonne humeur et bien-être...

Soirées du Motty des 25, 26 novembre et 1, 2, 3 décembre 2017
Sur le thème d'« Ecublens fait sa pub' », cette manifestation a rencontré un franc succès. Une fois encore, l'esprit de camaraderie de la Gym Dames était de la partie, lorsque les équipes de bénévoles s'activaient avec enthousiasme et bonne humeur, soit pour confectionner les brochettes de bonbons, fabriquer de délicieux sandwiches, disposer les chaises et tables en veillant au confort des spectateurs, soit lors du service à la buvette. Ce fut également un plaisir de rencontrer les sportifs/ves des autres sections d'Actigym voués/es à la même cause.

Merci Corinne et, surtout ne change rien.
Ta joyeuse équipe de la Gym Dames



MOTTY 2017

« ACTIGYM FAIT SA PUB »

NOS FOLLES SOIREES DU MOTTY !!

ACTIGYM : le poids des mots, le choc des photos !

Ces soirées vous ont fait : prendre le train, en dégustant un thé accompagné de bonbons et de chocolats, bien sûr avant de partir on s'habille et on se parfume, et pour les femmes (quoi que ...) on passe un petit coup de rasoir sur nos gambettes avant d'enfiler nos collants ! Un petit coup de chiffon sur notre table Ikea, on pense à prendre un petit en cas et un truc à boire... c'est bon ...A DONFFFFF !

Merci à vous, public, toujours fidèle, toujours aussi réceptif à notre jeu d'acteur,
(tel le deuxième effet KISS COOL) et toujours au taquet avec vos applaudissements,
(PETIT ... MAIS COSTAUD).

Nos soirées sont toujours un succès, nous sommes là pour vous faire hurler de plaisir et surtout : **ACTIGYM c'est beau la vie, pour les grands et les petits !!**

La commission soirée 2017
(mini commission, mais elle fait son maximum !)



GROUPE ELLEGYM – MOTTY*Maryc Maeder*

Malgré des modifications de dernière minute.....et des doigts de fée pour improviser une tenue.....le show des Dimettes fut au top. Merci à mon aide-monitrice Catherine qui m'a permis de garder le cap et ma zénitude.

Merci à vous les girls pour votre motivation et bravo !!!



GRUPE ELLEGYM – CROSET

Maryc Maeder



Belle démonstration du groupe Ellegym sur un rythme endiablé de salsa haut en couleurs. Sourire et enthousiasme comme toujours. Concentration et application pour ne pas rater un pas tout en gardant élégance et tempo !!!! Merci les filles pour votre engagement et votre ténacité !!!



GROUPE AGRES 2

Diane Perez et Alex Ulrich

Le groupe agrès 2 se compose actuellement d'une petite dizaine de gymnastes, qui ont toutes énormément de plaisir à pratiquer les agrès.

Les filles ont participé à deux concours au printemps passé, où elles ont montré leurs beaux progrès malgré le stress de la compétition. Nolwenn a remporté une superbe médaille d'or en catégorie C4 au master 2 A à Lausanne, face à 47 concurrentes. Dans la même catégorie, Clarisse et Juliette ont remporté des distinctions bien méritées. Clarisse et Nolwenn ont à nouveau remporté des distinctions au Journées Vaudoises Jeunesse à Vevey. Nous félicitons toutes les filles pour leurs efforts et leurs résultats !

La nouvelle année scolaire a commencé avec plusieurs nouvelles, dont certaines n'avaient jamais fait d'agrès mais souhaitaient tenter leur chance. Les premiers mois ont été un peu compliqués pour les entraîneurs, qui ont fait de leur mieux pour fournir des entraînements qui conviennent à la fois aux plus avancées et aux débutantes.

Le travail a porté ses fruits pour la fête du Motty. Le groupe désormais plus homogène a présenté une production avec du sol et du mini, en jouant sur les clichés des pubs pour Ajax des années 90. La motivation et le plaisir étaient au rendez-vous !

Les gymnastes se préparent maintenant avec détermination pour la nouvelle saison de concours, qui commence ce dimanche 11 mars pour certaines. Nous leur souhaitons bien du succès et du plaisir pour ces prochains mois !

Diane et Alex

PS : notre groupe va au devant de restructurations pour l'année



GROUPE TEAM AEROBIC

Stéphanie Cloux

Super première année avec un petit « échauffement » à la soirée du Croset afin de « sonder » le public et les critiques avant notre première participation au championnat romand à Neuchâtel !

Beaucoup de travail, des talons, encore et toujours, une bonne dose de stress et hop on présente notre production. Nous sommes loin du podium mais notre plaisir est là et comme on dit, quand on est tout en bas, on ne peut que remonter ! ;o)
Nous savons ce que nous devons améliorer et nous y travaillons !

En fin d'année, les soirées du Motty nous ont permis de nous « relâcher » un peu avant d'exploser sur scène ! Du fluo, des UV, une choré délire, des gymnastes au taquet (forcément, avec toutes ces doses de Berocca), des « psshhhtttt » , des talons (et oui toujours).....vive les soirées du Motty !!!!!!!

Et avec notre cure intensive justement, nous voilà prêts pour attaquer la nouvelle production que nous présenterons à la Fête romande en juin et au Championnat Suisse en novembre prochain à Frauenfeld où la crème de l'Aérobic se réunira !

A bientôt,

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.

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 !

ACTIGYM FSG ECUBLENS

CCP 10-14488-8

IBAN : CH43 0900 0000 1001 4488 8

GROUPE TRAMPOLINE

Corinne Masson

J'aime le trampoline parce que :

- C'est fun est on se marre bien.
- Quand on saute on a l'impression de s'envoler et puis on s'amuse bien au trampoline.
- C'est un sport original dont on entend pas beaucoup parler.
- Je retrouve des amis que je ne vois pas souvent. Le sport en lui-même m'apporte beaucoup de plaisir et il y a toujours une bonne ambiance.
- Il est cool et aussi on peut faire pleins de figures stylées.
- Qui nous libère l'esprit et on s'amuse bien.
- On peut se défouler et rigoler.
- C'est très physique et c'est génial.
- On bouge bien. On fait de la muscu, de la souplesse et on travaille la mémoire. Il y a aussi une super ambiance prof+élève et élève+élève.
- On apprend à se surpasser, à se respecter et à s'entraider. C'est un endroit qui nous changent les idées. Les gens du trampo c'est comme une petite famille, on sait qu'on peut toujours compter les uns sur les autres.



Tous les membres
du groupe
Trampoline

GRUPE MIXTE 1 ET 2

Roxane Giancamilli

L'échauffement est la partie la plus « fatigante » pour les gymnastes eh oui il faut tout chauffer, arrêter de causer avec son copain ou sa copine pour se concentrer.

La partie principale est très active, c'est celle pendant laquelle on voit tous les gymnastes se motiver pour arriver à faire ce qui est demandé et tous les progrès ! ça fait plaisir.

La partie finale est attendue, elle permet à tous de se relâcher par un jeu.

Tous les gymnastes viennent avec leur énergie propre et on est content, nous moniteurs, d'être à 4 pour canaliser tout cela.

Au revoir à Kevin qui arrête le monitorat.

On a accueilli des parents cette année lors d'une leçon de gym, ce fut très sympa.

Préparation du Motty : Thème Ikea « Mixte 1 »

Thème Ferrero Rocher « Mixte 2 »

On a répété et répété pour que tout roule lors du spectacle, ce qui fut le cas.

Merci à Anick, Elisa et Elodie pour leur aide.
Bravo à tous !





GROUPE PARENTS-ENFANTS

Roxane Giancamilli

Super groupe ! Beaucoup de papas c'est cool !
Bonne ambiance ! Parents et enfants motivés ! ça bouge !!

Une préparation du Motty sous le thème des CFF, des grands et des minis passagers copiés collés au top.



Bravo





DÉMONSTRATION DU

CROSET 2018

VENDREDI 22 JUIN À 19H30

SALLE DE GYM DU CROSET

*Nous vous remercions de votre présence et
vous invitons à venir nombreux soutenir
vos enfants, vos amis et vos familles.*

Pour ACTIGYM !

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 FSG Ecublens
Case postale 351
1024 Ecublens

Retrouvez-nous sur :

www.actigym.ch
info@actigym.ch



Actigym Ecublens
ou
Trampo Actigym

Rédaction

Alice Piotet
piotet@bluewin.ch

**PROCHAIN BULLETIN
EN SEPTEMBRE**



SUJETS

PAGES

Mérites USL 2017	2-3
Enfantine	4-5
Alldance + Tests	6-7
Calendrier 2018	8
Kids	9
Agrès 1	10
Aquagym	11
Gym Dames	12-13
Soirée 2017	14-15
ElleGym	16-17
Agrès 2	18-19
Team Aérobiec	20-21
Fan's	22
Trampoline	23
Mixte 1 - 2	24-25
Parents-Enfants	26-27
Croset 2018	27



**IMPRIMÉ
PAR NOTRE PARTENAIRE**

COPYSTART

Votre partenaire en conception et réalisation de vos imprimés

besoin d'impression ?

Av. de la Gare 34 - 1022 Chavannes Renens
Info@copystart.ch www.copystart.ch
021 636 03 12