

# Actigym Infos



## LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

J'espère vous trouver en pleine forme quand vous lirez ces quelques lignes.

Depuis 2 ans, nous avons dû faire face, comme toute la planète, à une situation inédite, à ce Coronavirus que nous n'aurions pas pu prévoir.

D'un seul coup, sports collectifs, rencontres et réunions interdits, contacts sociaux restreints, communications virtuelles, maladies, deuils, incertitudes, il a fallu surmonter tous ces obstacles, s'adapter maintes fois à toutes les mesures sanitaires à respecter.

Je tiens à remercier les moniteurs pour leur inventivité et leur engagement durant cette période, ce qui a permis de motiver et garder un lien avec les gymnastes qui est si important. Merci à vous gymnastes de nous être restés fidèles.

Nous avons appris à découvrir d'autres facettes de nous mais les valeurs importantes, chères à Actigym, telles que la communauté et la cohésion nous ont manqué.

Heureusement, la situation a évolué et nous avons enfin repris un cours quasi normal de nos activités. Nous nous réjouissons déjà de vous retrouver nombreux lors de nos prochaines manifestations. Votre présence et votre soutien nous est précieux.

Tous ensemble avec Actigym.  
Prenez soin de vous et à tout bientôt.

Roxane Giancamilli

# DÉMONSTRATION DU CROSET

ACTIGYM FSG ECUBLENS



SAMEDI

25 JUIN

2022



Buvette dès 17h

Petite restauration

Spectacle à 19h

Prix :

Adulte

12.-

Enfants 6-16 ans /AVS/Fan

8.-



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

# 2022

# c'est reparti !

**Soirée Motty**

**ACTIGYM**

**11-12-13**  
**Novembre**



# MARS 2022 - N° 29

Calendrier 2022 Actigym			
Date	Lieu	Manifestations et cours 2022	
Mars			
5	Granges	Grenchner Cup	Trampoline
12	Lucens	Assemblée générale des délégués ACVG	Comité/Tous
19	Prilly	Coupe de Printemps	Tests
26-27	Möriken	Qualif CS Tramp Schloss Cup	Trampoline
Avril			
9	Bâle	Qualif CS Tramp Basilea Cup	Trampoline
9-10	Chexbres	Master 2 - Est	Agrès
9-10	Gilly/Rolle	1er Challenge Tests gymn.	Tests
10	Chavornay	Cours cantonal PE	PE
18-22	Gland	Camp Agrès filles 2007-2014	Agrès
30	Le Sentier	CP J+S Sport des jeunes Agrès	Agrès
30	Genève	Qualif CS Trampoline	Trampoline
Mai			
1	<b>Ecublens</b>	<b>La plus grande leçon de gym</b>	<b>La Suisse Bouge</b>
4	Yverdon	Séance information FCVG2022	Steven
7-8	Yverdon	Coupe des Bains	Actifs
<b>13 au 23.9</b>	<b>Ecublens/Pontet</b>	<b>Ecublens Plage</b>	<b>Tous</b>
14-15	Grisons	Concours Actifs	Actifs
14-15	Lausanne/Vieux-Moulin	2ème Challenge (qualification) Tests gymn.	Tests
21-22	Arlesheim	Champ. Suisse Trampoline	Trampoline
21-22	Le Sentier	Master 2 Agrès	Agrès 1
21-22	Vétroz	Champ. Romand Gymn. Tests	Tests
Juin			
1-5	Rimini	Champ. Europe Trampoline	Trampoline
4-5	?	Champ. Romand Agrès Stés	Agrès/Gym
<b>10-12 et 17-19.06</b>	<b>Yverdon</b>	<b>FCVG 2022</b>	<b>Tous</b>
sa 25	<b>Ecublens /Croset</b>	<b>Soirée de démonstration du Croset</b>	<b>Tous</b>
Juillet			
7-15	Neuchâtel	Eurogym	Tous
Août			
1er	<b>Ecublens/Pontet</b>	<b>Fête 1er août USL</b>	<b>Tous</b>
1-5	Leysin	Camp Polysportif	filles/garçons 8-16 ans
8-13	Grandson	Camps Agrès filles et garçons 2007 à 2014	Agrès
8-12	Orbe	Camp Gym et Danse	Gymnastes 7-14 ans
Septembre			
10-11	Lausanne	Gym'n'Move	Tous
25	<b>Ecublens/Coquerellaz</b>	<b>Cap sur l'Ouest</b>	<b>Tous</b>
25	Bélvédère	Cours apprentissage FSG1-3 Niveau 1	Tests
Octobre			
2	Bélvédère	Cours apprentissage FSG4-7	Tests
5	Forel/Savigny	Rencontre annuelle	Comité/Mon.
8	Tour de Peilz/Burrier	Cours Kid Gym Agrès / CP J+S sport enfants Agrès/CP J+S Agrès	Agrès
Novembre			
5	Lausanne/Vieux-Moulin	Cours Jump In	Futurs moniteurs
sa 5	<b>Ecublens/Motty</b>	<b>Répétition générale Soirées Motty</b>	<b>Tous</b>
6		CP + J+S Gymnastique et Danse	Tous
<b>11-12 et 13</b>	<b>Ecublens/Motty</b>	<b>Soirées du Motty</b>	<b>Tous</b>
23-26	Sofia	Champ. Monde par groupe d'âge WAGC2022 Trampoline	Trampoline
24	Lausanne	Séance info ACVG aux Stés	Moniteurs/Comité
Décembre			
A fixer			
	?	<b>Repas des Membres Honoraires et Honneur</b>	<b>MH / Comité</b>
2023			
ma 07.03	<b>Ecublens/Motty</b>	<b>Assemblée Générale</b>	<b>Tous</b>
11.03	Cossonay	Assemblée générale des délégués ACVG	Comité/Tous

# Mérite USL 2022

## Actigym FSG Ecublens

Groupe	Nom	Adresse	Né-e	Description
Trampoline	Lucie Moret	Ch. de la Sitelle 11 1173 Féchy	31.03.2005	1er Rang la Team Cup à Granges en catégorie Junior Girls Participation au Championnat d'Europe Junior de trampoline à Sochi (RUS), 2ème à la Friendship Cup à Jablonec (CZE) cat. Junior Girls, 16ème au World Age Group Championship à Baku (AZE)
Trampoline	Téa Masson	Av. du Tir-Fédéral 102 1024 Ecublens	08.11.2004	2ème rang à la Team Cup à Granges en catégorie National B 2ème rang Cup Basilea National B Unisex
Trampoline	Mayane Martin	Ch. Près-du-Dimanche 29 1304 Cossonay	21.12.2004	3ème rang à la Team Cup à Granges en catégorie National B 3ème rang Cup Basilea National B Unisex
Trampoline	Damien Bader	Ch. de Montaney 36 1024 Ecublens	12.05.2005	1er rang Cup Basilea U17 National Boys
Tests gym. Indiv	Penda Cissoko	Ch. du Stand 23B 1024 Ecublens	31.07.2008	2ème place FSG 2 Challenge à Gilly
Tests gym. Indiv	Semra Göynüllü	Ch. du Croset 13F 1024 Ecublens	14.09.2004	2ème place FSG 4 Challenge à Gilly 1ère place FSG 4 Championnat Vaudois Gymnastique Tests à Roche
Tests gym. Indiv	Ilona de la Harpe	Allée du Tilleul 6 1022 Chavannes-Renens	07.01.2005	1ère place FSG 5 Challenge à Lausanne 3ème place FSG 5 Championnat Vaudois Gymnastique Tests à Roche
Tests gym. Indiv	Juliette Jaquenoud	Pl. du Motty 25 1024 Ecublens	21.07.2003	4ème place FSG 5 Challenge à Lausanne 1ère place FSG 5 Challenge à Gilly 2ème place FSG 5 Championnat Vaudois Gymnastique Tests à Roche
Tests gym. Indiv	Camille Jaquenoud	Pl. du Motty 25 1024 Ecublens	19.07.2001	2ème place FSG 6 Challenge à Gilly 2ème place FSG 6 Championnat Vaudois Gymnastique Tests à Roche
Tests gym. Indiv	<b>Concours par équipes catégorie Actives 1er Challenge Tests à Lausanne</b>			
	Erine Rüttiman	Ch. des Crêts 12A 1024 Ecublens	16.05.2005	2ème
	Semra Göynüllü	Ch. du Croset 13F 1024 Ecublens	14.09.2004	2ème
	Ilona de la Harpe	Allée du Tilleul 6 1022 Chavannes-Renens	07.01.2005	2ème
	Juliette Jaquenoud	Pl. du Motty 25 1024 Ecublens	21.07.2003	2ème
	Camille Jaquenoud	Pl. du Motty 25 1024 Ecublens	19.07.2001	2ème
	<b>Concours par équipes catégorie Actives 2ème Challenge Tests à Gilly</b>			
	Erine Rüttiman	Ch. des Crêts 12A 1024 Ecublens	16.05.2005	1ère
	Semra Göynüllü	Ch. du Croset 13F 1024 Ecublens	14.09.2004	1ère
	Ilona de la Harpe	Allée du Tilleul 6 1022 Chavannes-Renens	07.01.2005	1ère
	Juliette Jaquenoud	Pl. du Motty 25 1024 Ecublens	21.07.2003	1ère
	Camille Jaquenoud	Pl. du Motty 25 1024 Ecublens	19.07.2001	1ère
	<b>Concours par équipes catégorie Actives Championnat Vaudois Gymnastique Tests à Roche</b>			
	Erine Rüttiman	Ch. des Crêts 12A 1024 Ecublens	16.05.2005	1ère
	Semra Göynüllü	Ch. du Croset 13F 1024 Ecublens	14.09.2004	1ère
	Ilona de la Harpe	Allée du Tilleul 6 1022 Chavannes-Renens	07.01.2005	1ère
	Juliette Jaquenoud	Pl. du Motty 25 1024 Ecublens	21.07.2003	1ère
	Camille Jaquenoud	Pl. du Motty 25 1024 Ecublens	19.07.2001	1ère
Monitorat	Sarah Giancamilli	Tir Fédéral 87 1022 Chavannes-Renens	26.07.1991	10 ans de monitorat groupe All Dance 3
	Jamie Dietzel	Av. de Croix de Rive 7 1028 Préverenges	27.06.1996	10 ans de monitorat groupe Kids
	Corinne Masson	Av. du Tir-Fédéral 102 1024 Ecublens	07.01.1974	10 ans de monitorat groupe Kids

## GROUPE TRAMPOLINE

Année toujours particulière avec le Covid-19 encore présent mais avec un retour des compétitions qui va faire beaucoup de bien à tout le monde. Le principal objectif pour 2021 était de reprendre la compétition et se faire plaisir malgré toutes les contraintes liées à la pandémie et une ambiance très particulière durant les compétitions.

Nos gymnastes ont gagné tout au long de cette saison 6 médailles remportées par Téa Masson – Lucie Moret – Mayane Martin et Damien Bader. Un grand bravo à ces gymnastes pour leurs magnifiques résultats.

Il faut aussi relever la super saison en compétition internationale pour Lucie Moret : qui termine 2<sup>ème</sup> en République Tchèque à la Friendship Cup + un 16<sup>ème</sup> rang sur 56 participants au WAGC c'est les Championnats du monde jeunesse par catégorie d'âges. Bravo Lucie pour ces supers résultats en équipe Suisse.

Pascal Martin et le team moniteur









Ne manquez pas de visionner le reportage sur Ludovic Martin

Vous le trouverez sur le site [www.actigym.ch](http://www.actigym.ch), actualités, mais aussi sur les réseaux sociaux Facebook, Instagram et Youtube sous le nom de CAPStv et sur le site [www.capstv.ch](http://www.capstv.ch) , émission du 11 février 2022, « Que sont-ils devenus ? »



## EQUIPE SOIRÉES

Super motivés pour cette nouvelle année ! avec beaucoup de nouveautés :

Nouveau responsable (moi) et une nouvelle membre Magali Piotet, pour les décorations et le visuel. Cela nous a super motivé pour reprendre les préparations du Croset et du Motty !

Hey oui ! Comme pour tout le monde, la pandémie est revenue vers nous ! Trop de barrières pour nous laisser une grande manœuvre pour travailler, alors le Croset 2021, on annule. Une chute encore !

Mais on reprend espoir avec le Motty. Séances sur séances, thème trouvé, histoire qui commence, le Motty est sur la bonne route. Et bien sûr le COVID nous met beaucoup de bâtons dans les roues alors nous prenons la décision de le reporter.

Mais cela ne nous empêche pas de garder espoir !

Les séances reprennent, on est super motivés pour le Croset 2022. Les préparatifs sont en route et pour le Motty aussi.

Les nouveautés, les challenges, on aime ça ! Alors on aimerait beaucoup agrandir notre équipe de soirées (hey oui ! on change de nom « commission » de soirées devient « équipe » de soirées !) et accueillir de nouvelles personnes avec de nouvelles idées.

***Donc si vous aimez la gymnastique et notre société, que vous avez envie de partager avec une équipe motivée, d'apporter votre pierre à l'édifice, de vous lancer dans une super aventure, rejoignez-nous !***

***Toutes les compétences sont bienvenues et il n'y a pas d'examen d'entrée. Bien sûr, être un peu fufou, ça aide, mais ce n'est pas obligatoire ;-)***

Vous pouvez prendre contact avec moi au mail [steven.gambarotto@actigym.ch](mailto:steven.gambarotto@actigym.ch) ou par téléphone au 079/891.03.69



Steven, Équipe Soirées

ENVIE DE VOUS INVESTIR

EN VOUS AMUSANT

REJOIGNEZ NOTRE

ÉQUIPE

SOIRÉE

N'HÉSITÉZ PAS À

NOUS FAIRE

PROFITER DE VOS

COMPÉTENCES



CONTACT STEVEN : [STEVEN.GAMBAROTTO@ACTIGYM.CH](mailto:STEVEN.GAMBAROTTO@ACTIGYM.CH)

## GRUPE ALL DANCE 1

Notre petit groupe du All Dance I est toujours très motivé. Les filles viennent toujours de bonne humeur avec l'envie d'apprendre de nouvelles choses à chaque leçon.

Nous attendons avec impatience de faire le spectacle du Croset afin de montrer notre production.

Nous espérons agrandir notre petit groupe d'ici la rentrée d'août.

N'hésitez pas à nous contacter pour plus d'informations, nous accueillerons vos filles avec grand plaisir :)

Tess

*All*

*Dance 1*

*Tous les lundis de 17h00 à 18h30  
Salle de Gym Croset Parc  
De 8 à 12 ans*

*Cotisations : 160.- par année*

*Nous souhaitons agrandir  
notre petit groupe de danse  
à partir du 22 août .*

*Pour toutes questions :  
tess1910@hotmail.com*

## GRUPE MIXTE 3

Cette année, nous avons pris beaucoup de plaisir à découvrir les bases de la gymnastique, le tout de façon ludique.

Je remercie Jessica Schläfli ainsi que Célia Villano de s'être jointes à moi dans cette aventure qu'est le monitorat ; également mes gymnastes pour leur confiance, bonne humeur et discipline tout au long de l'année en espérant que cela continue pour cette année 2022.

Je tiens également à féliciter Célia Villano et Zoé qui ont pu rejoindre le groupe Actif pour les concours de la fin d'année 2021.

Adelin, Célia, Jessica



## Présentation des Groupes

<b>GROUPES</b>	<b>Jours/Heures Salle</b>	<b>Moniteur / Monitrice Aide moniteur / Aide monitrice</b>
<b>Parents-Enfants</b> (2 1/2-5 ans)	JE 17:00-18:00 Coquerellaz	Monitrice : Roxane Giancamilli
<b>Gym Infantine</b> (5-6 ans)	JE 17:00-18:30 Croset Parc	Monitrice : Corinne Veulliez AM : Chantal Berger AM : Saroja Chettiar AM : Cathy Pittet
<b>Kids</b> (6-8 ans)	ME 17:00-18:15 Coquerellaz	Monitrice : Corinne Masson AM : Jamie Dietzel AM : Arianne Masson AM : Téa Masson
<b>Mixte 1</b> (7-9 ans) 2 (9-10 ans)	MA 17:00-18:00 MA 18:00-19:00 Coquerellaz	Monitrice : Roxane Giancamilli Monitrice : Lauren Raballand AM : Elisa Bega AM : Elodie Martinet
<b>All Dance 1</b> (8-12 ans)	LU 17:00-18:30 Croset Parc	Monitrice : Tess Giancamilli AM : Sarah Giancamilli AM : Erine Rüttimann
<b>Mixte 3</b> (11-16 ans)	JE 17:30-19:30 Croset Parc	Moniteur : Adelin Lutumba AM : Jessica Schläfli AM : Célia Villano
<b>All Dance 2</b> (12-16 ans)	LU 18:30-20:00 Croset Parc	Monitrice : Sarah Giancamilli
<b>All Dance 3</b> (dès 16 ans)	ME 19:00-20:30 Pluton	Monitrice : Sarah Giancamilli
<b>Juniors</b> (dès 16 ans)	JE 20:00-21:30 Coquerellaz	Monitrice : Lauren Raballand
<b>Aquagym</b> (dès 16 ans)	JE 17:30-18:30 Pluton	Monitrice : Nila Lotti Monitrice : Nancy Raveau Monitrice : Annik Leresche
<b>Agrès Libre</b> (dès 14 ans)	MA 18:30-20:30 Coquerellaz	Moniteur : Alex Ulrich

**MARS 2022 - N° 29**  
**ACTIGYM ECUBLENS**

<b>GROUPEs</b>	<b>Jours/Heures</b> <b>Salle</b>	<b>Moniteur / Monitrice</b> <b>Aide moniteur / Aide monitrice</b>
<b>Crofit</b> (dès 18 ans)	MA 20:00-22:00 Epenex	Monitrice : Arianne Masson
<b>Dames</b> (dès 18 ans)	JE 20:15-21:15 Saturne	Monitrice : Corinne Veulliez
<b>Gym Douce</b> (dès 45 ans)	LU 19:00-20:15 Saturne	Monitrice : Roxane Giancamilli Monitrice : Maryc Maeder Monitrice : Catherine Rodriguez
<b>ElleGym</b> (dès 25 ans)	MA 20:30-22:00 Coquerellaz	Monitrice : Maryc Maeder Monitrice : Catherine Rodriguez
<b>Actifs</b> (dès 14 ans) <i>Compétition</i>	LU+ME 20:00-22:00 Coquerellaz	Monitrice : Léa Gauchoux Monitrice : Mathilda Schiattino Monitrice : Elie Mazzarelli
<b>Agrès 1</b> (7-12 ans) <i>Compétition</i>	ME 18:15-20:00 Coquerellaz	Monitrice : Corinne Masson Monitrice : Arianne Masson AM : Logan Masson AM : Maelle Masson
<b>Tests</b> <b>Gymnastique</b> (dès 8 ans) <i>Compétition</i>	LU 20:00-21:50 FSG 6-7 JE 17:00-20:00 FSG 1-2-3 Saturne JE 18:30-19:30 FSG 4-5 Croset Parc	Monitrice : Sarah Giancamilli Monitrice : Muriel Mühlethaler Monitrice : Jessica Rullo Monitrice : Camille Jaquenoud Monitrice : Juliette Jaquenoud
<b>Trampoline</b> <i>Compétition</i>	LU+JE 18:00-20:00 SA 10:00-12:00 Coquerellaz	Moniteur : Pascal Martin AM : Corinne Masson AM : Sally Dietzel AM : Anaïs Hadorn

Pour toutes informations, photos ou dédicaces  
visitez notre site [actigym.ch](http://actigym.ch)

Pour débiter dans la société, une finance d'inscription de **30.-** vous sera demandée pour une période d'essai d'**un mois** pour tous les groupes.

<b>COTISATIONS 2022</b>		<b>Prix:</b>
Cotisation de base annuelle pour tous les membres:		160.-
<b>Options:</b>		
<b>Option groupes Hors Compétition (trimestriel)</b>		
AQUAGYM		50.-
<b>Option groupes Hors Compétition (annuel pas de 1/2 option)</b>		
KIDS		80.-
<b>Options groupes Compétition (annuel pas de 1/2 option)</b>		
ACTIFS		100.-
AGRES 1		100.-
TEAM AEROBIC		100.-
TEST GYM INDIVIDUEL		100.-
TRAMPOLINE		150.-

**Exemples:**

- Si un gymnaste fait partie du groupe Infantine, il paiera 160.-
- Si un gymnaste fait partie du groupe Actifs, il paiera 160.- + 100.- = 260.-
- Si une gymnaste fait partie du groupe Agrès 1 et Tests, elle paiera 160.- + 100.- + 100.- = 360.-
- Si une gymnaste fait partie du groupe Aquagym pour 2 trimestres, elle paiera 160.- + 50.- + 50.- = 260.-



# Infos Cotisations

Sur Fr. 160.-- de cotisation de base Actigym FSG Ecublens, nous touchons :

pour un adulte dès 17 ans Fr. 98.-- après déductions des cotisations FSG Fr. 45.-- + CAS Fr. 3.-- et ACVG Fr. 14.--

pour une dame ou senior Fr. 102.-- après déductions des cotisations FSG Fr. 45.-- + CAS Fr. 3.-- et ACVG Fr. 10.--

pour 1 enfant Fr. 136.50 après déductions des cotisations FSG Fr. 13.50 + CAS Fr. 2.50 et ACVG Fr. 7.50

Nous payons Fr. 45.-- + CAS Fr. 3.-- et ACVG Fr. 14.-- soit Fr. 62.-- pour les membres « passifs/pas de gym » travaillants qui ne paient eux pas de cotisations

Nous payons ~~Fr. 3.--~~ Fr. 0.00 par membres honoraires non travaillant / passif

et nous payons encore Fr. 300.-- de taxe de société à l'ACVG

Cotisations ACVG dès 2019	Adultes actifs	Fr. 14.--	avant	Fr. 10.--	soit + Fr. 4.--
	35 +, senior	Fr. 10.--	avant	Fr. 7.--	soit + Fr. 3.--
	<b>Jeunes jusqu'à 16 ans</b>	Fr. 7.50	avant	Fr. 5.--	soit + Fr. 2.50
	Taxe de société	Fr. 300.--	avant	Fr. 200.--	soit + Fr. 100.--
Cotisations FSG dès 2020	Adultes actifs	Fr. 45.--	avant	Fr. 44.--	soit + Fr. 1.--
	<b>Jeunes jusqu'à 16 ans</b>	Fr. 13.50	avant	Fr. 12.50	soit + Fr. 1.--
	Adultes non travaillant	Fr. 0.--	avant	Fr. 3.--	soit - Fr. 3.--

## GROUPE MIXTE 1-2

2021 encore une année remplie de rire et de bonne humeur pour les mixtes. Un plaisir de les retrouver chaque mardi soir, autant motivés semaine après semaine. Toujours prêts à découvrir de nouveaux engins et de nouveaux jeux.

Les gymnastes avaient tous hâte de montrer leur travail, et revêtir leur justaucorps pour ce Croset 2021. Malheureusement le covid en a décidé autrement. Les monitrices se sont creusé la tête et ont trouvé une solution; gymnastes en justaucorps, parents à la baie vitrée, musique à fond et c'est parti... 2 supers représentations, enfants et parents heureux.

Nous sommes prêtes à relever de nouveaux défis pour 2022 en espérant pouvoir vous retrouver au Croset et au Motty où les monitrices ont déjà plein d'idées !!!

Elodie et Elisa





## GROUPE AQUAGYM

Après une pause de presque une année, entre le Covid, la réfection de la piscine et la démission des monitrices Annik et Tamara, j'ai repris les cours avec un petit groupe, où toutes étaient très motivées de voir cette nouvelle piscine, avec un bassin à débordement, des douches qui fonctionnent, mais que dire des vestiaires... plus petits... 2 fœhns et pas de miroir...

Nous avons la chance d'avoir trouvé une nouvelle monitrice «Nila», dynamique et super sympa qui nous correspond très bien.

Nancy





## GRUPE AGRÈS LIBRE

Les gymnastes des agrès libre ont traversé cette période troublée avec courage.

Nous nous sommes accrochés, entraînés avec des masques quand il le fallait, à deux gymnastes en salle parfois, mais toujours avec le sourire et la joie de se retrouver.

Un immense merci à Maelle qui m'a remplacé à plusieurs reprises et à toutes les gymnastes qui ont gardé confiance et espoir.

Alex Ulrich

## GROUPE AGRÈS 1

Durant le premier semestre, nous avons été tributaires des mesures sanitaires comme tout le monde. Le concours de Moudon s'est déroulé sous un format exceptionnel. Nous avons participé avec 3 gymnastes. Ensuite la situation s'est améliorée et nous avons vécu un concours à Lutry normal mais sans public. Nous avons récolté 1 distinction et notre seul gymnaste s'est qualifié pour les championnats vaudois. Donc nous nous sommes déplacés à Chexbres en septembre où Tilan a exécuté un bon exercice.

Corinne Masson



## GROUPE JUNIORS

Petit groupe de 1 à 8 gymnastes selon les malades, les devoirs, le travail, les vacances, et surtout selon les règles Covid.

Nous sommes toujours de bonne humeur et passons de bons moments de partage. Deux sorties ont eu lieu en 2021, une sortie au bowling et une au Jump Park à Lausanne. Nous préparons une production pour le Croset, enfin, après 2 ans sans démonstration et une production sur le thème du meilleur pâtissier pour fêter notre nouvelle salle du Motty.

Lauren



## GROUPE ACTIFS

Normalement, en mai et juin, les actifs participent à divers concours. Cette année encore (2021), les compétitions n'ont pas eu lieu. Mais en septembre nous avons pu participer au Championnat Vaudois. Ils ont tout donné, Bravo à eux ! Nous en sommes fiers.

Après cette manifestation, nous avons été repérés et appelés par la Société de Bussigny afin de nous présenter lors de leur GALA annuel. C'était un week-end juste incroyable, nous avons bien terminé l'année !

Les actifs sont de plus en plus nombreux, mais aussi de plus en plus motivés et le niveau et la qualité gymnique augmentent. Pour cette année : les compétitions reprennent. Nous allons briller avec un nouveau justaucorps et nous sommes plus motivés que jamais pour gagner des rangs.

On croit en eux, car la meilleure façon de prédire le futur est de le créer.

Mathilda Schiattino





## GROUPE CROCFIT



Fort de 7 personnes ultras motivées, le groupe Crocfit prend ses quartiers, lorsqu'il fait froid et mouillé à l'extérieur, dans la salle de gym de Pluton avec au programme un échauffement dynamique, du physique et des jeux pour 2 heures. Quand il fait beau..., c'est sur des parcours de 8 à 10 km avec selon nos envies de l'Urban training que nous martelons le bitume avec nos baskets, par monts et par vaux à travers notre commune et les communes avoisinantes. Nous visitons aussi volontiers les chemins de campagne de communes plus éloignées pour découvrir d'autres parcours et croiser la route d'animaux sauvages farouches, mais qui se laissent admirer. C'est un véritable plaisir que d'entraîner cette équipe soudée, toujours partante et joyeuse.

Arianne Masson

## GROUPE PARENTS-ENFANTS

Fin 2020, je finissais mon rapport d'activité PE par : Espérons que 2021 nous permette de nous revoir tous ensemble en salle.

Eh bien malheureusement ce ne fut pas le cas.

Les restrictions ont fait que, cette année encore, l'accueil de nouveaux petits loulous avec leurs parents n'a pas toujours été possible et qu'il a fallu s'adapter aux nombreux changements dus aux restrictions sanitaires.

Malgré cela, la gym continue et c'est avec plaisir que nous nous retrouvons pendant 1h les jeudis, toujours en forme même masqués.

Vous verrez cet engouement lors du prochain Croset et de nos soirées du Motty qui pourront enfin avoir lieu.

Roxane  
Monitrice PE





## GROUPE KIDS

Nous avons eu beaucoup de plaisir avec les enfants. Nous avons adapté nos leçons car nous avons beaucoup de disparité sur les capacités de nos gymnastes. Depuis la rentrée d'août, nous avons une baisse sensible de nos effectifs et nous avons essayé plusieurs stratégies, malheureusement sans succès.

Corinne Masson





## CAMP DE GYM 2021

Du 25 au 29 octobre a eu lieu notre camp. Après 2 éditions pleines de succès, nous avons été confrontés à une semaine à la moitié de la capacité en nombre d'enfants. Qu'à cela ne tienne, nos jeunes moniteurs se sont démenés pour proposer des activités ludiques. Le trampoline et le double-mini-trampoline ont toujours autant de succès. Nous espérons pouvoir reconduire le camp en octobre.

Corinne Massin





## GROUPE GYM DOUCE

Toujours fidèles au poste malgré les coupures dues à la pandémie, ces dames gardent une motivation inébranlable.

Dès que la météo est favorable, le groupe se réjouit de faire la gym en extérieur, avant la nuit et surtout sans le masque.....

Merci à toutes pour votre engouement, vos rires et votre bonne humeur.

Et merci à Catherine , mon aide monitrice qui m'a remplacée suite à la pose de ma prothèse de genou.

Maryc





## GROUPE ELLEGYM

2021 Année compliquée : plusieurs d'entre nous avons subi des interventions chirurgicales ou des blessures handicapantes. malgré tout, les irréductibles tiennent la barre et nous accueillons même une nouvelle recrue !  
Si l'effectif était parfois "mini", souhaitons que la motivation redevienne "maxi" pour partager ensemble de bons moments.

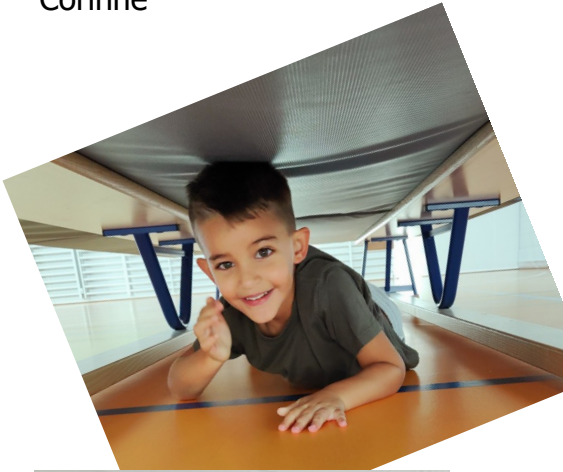
Maryc



## GROUPE ENFANTINE

Pour la première fois depuis des années, nous nous sommes retrouvées avec un petit groupe d'enfants. Nous avons alors pu prendre plus de temps avec chacun avec toujours le même objectif leur faire passer un bon moment sportif. Sauter, grimper, ramper, lancer, viser, courir ... tous ces verbes ont fait partie de nos leçons, ainsi qu'apprendre, aider, écouter et dialoguer.

Corinne



## GROUPE DAMES

Une année qui a commencé devant la télévision .... Netflix pour moi tandis que ces dames, fidèles à leur sport, suivaient sur leur poste des cours de gym ....

Puis nous avons enfin repris les cours et le plaisir de se retrouver en salle. Nous avons clôturer cette année 2021 par une mini escape room en salle de gym, puis notre habituelle soirée au bowling après avoir mangé une pizza.

Merci à ces dames pour leur fidélité.

Corinne



## GROUPE TESTS

Pour la saison 2021, il a encore fallu composer avec des restrictions qui ont impacté les entraînements et les concours. Malheureusement, les plus de vingt ans n'ont pas pu y prendre part. Les gymnastes de plus de seize ans n'ont eu que peu de temps pour se préparer, elles ont redoublé d'efforts et nous tenons à les féliciter pour la volonté et la motivation qu'elles ont montré à l'entraînement ainsi que leurs performances aux concours.

Nous avons encore une fois eu la chance d'assister à une belle saison. Sur neuf gymnastes inscrites aux challenges, six d'entre elles se sont qualifiées pour le championnat vaudois. Les actives se sont particulièrement distinguées. En totalisant les trois concours, les gymnastes comptabilisent trois médailles d'or, cinq médailles d'argent, 2 médailles de bronze, une distinction, une 2ème place ainsi qu'une deux 1ère place par équipe actives. Une belle moisson couronnée par le titre de Championne Vaudoise FSG4 pour Semra Göynüllü et le titre de Championnes Vaudoises par équipe actives pour Ilona de la Harpe, Juliette Jaquenoud, Camille Jaquenoud et Semra Göynüllü.

Félicitations à toutes les gymnastes pour leurs résultats et merci à elles pour leur investissement au quotidien.

Sarah, Muriel, Jessica, Juliette et Camille





## GRUPE ALL DANCE 2

Un groupe hétérogènes que ce soit en terme d'âge ou de caractères. Des gymnastes bienveillantes qui prennent du plaisir à l'entraînement. A l'aise dans les exercices de routine et toujours motivées bien que parfois désarçonnées par la nouveauté, elles sont toujours prêtes à faire face et à s'adapter. C'est toujours un plaisir de venir en salle. Secondée par Erine depuis quelques mois, les filles lui ont réservé un bon accueil et se réjouissent de pouvoir présenter la nouvelle chorégraphie au Croset.

Sarah



## GRUPE ALL DANCE 3

Que ce soit par zoom, en ballade ou en salle, le alldance 3 est représenté par un petit groupe de gymnastes toujours motivé et soudé. Elles s'adaptent et s'investissent avec brio. Cette année encore mouvementée ne nous a pas permis d'être prêtes pour le championnat vaudois de société mais nous espérons atteindre cet objectif en 2023.

Merci les filles pour votre bonne humeur et vos rires.

Sarah



*Comment devenir  
"FAN"*

et bénéficier, pendant une année, d'une réduction du prix d'entrée lors de nos différentes représentations annuelles et soutenir activement Actigym par votre geste

Simplement en vous acquittant de la somme de **20.-** sur notre CCP.

Dès le paiement effectué, vous serez Membre

**« Actigym'Fan »**

Tout le monde peut être FAN ! Souscrivez et/ou transmettez à votre famille et vos amis !

**D'ores et déjà un grand MERCI de votre précieux soutien !**

Actigym FSG Ecublens

CCP 10-14488-8

IBAN : CH43 0900 0000 1001 4488 8



## **Ensemble pour un sport sûr : Swiss Sport Integrity / Département Éthique & Droit**

Chères associations membres,  
Chères sociétés de gymnastique,  
Chers organes responsables,  
Chères et chers collègues,

La santé et le bien-être des athlètes ont la priorité absolue dans le sport. C'est pourquoi les infractions à l'éthique et le dopage n'ont pas leur place en gymnastique. La Fédération suisse de gymnastique soutient donc fermement l'adoption par le 25e Parlement du sport du statut d'éthique du sport suisse qui doit assurer la sécurité des sportives et des sportifs et qui remplace donc le code de conduite de Swiss Olympic en vigueur jusqu'à présent.

L'adoption de ce texte a permis à la fondation Swiss Sport Integrity, ainsi qu'au service indépendant de signalement des abus dans le sport suisse, d'entrer en fonction le 1er janvier 2022. L'organisation qui a succédé à la fondation Antidoping Suisse traite désormais aussi les violations de l'éthique dans le sport suisse, en plus des violations liées au dopage. Par ailleurs, le contenu du code de conduite de Swiss Olympic valable jusqu'ici est caduc, car aussi repris dans le statut d'éthique.

Pour la FSG, il est extrêmement important que les athlètes, les parents et les entraîneurs ainsi que les fonctionnaires sachent à qui ils peuvent s'adresser, s'ils subissent ou sont témoins d'abus, mais aussi s'ils souhaitent recevoir des conseils sur des sujets tels que l'éthique ou le dopage.



## Service de signalement Swiss Sport Integrity – Service en ligne et téléphonique

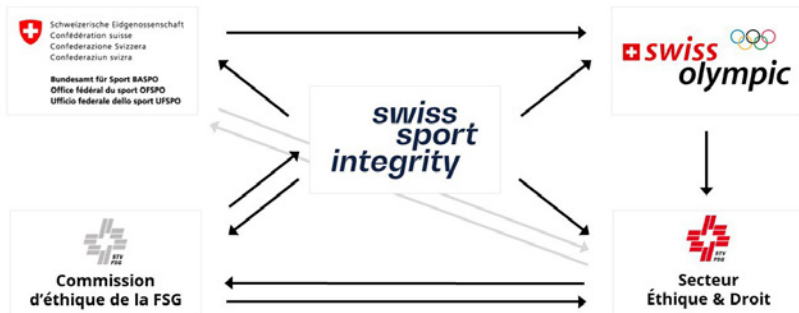
Toute personne qui veut signaler une éventuelle violation ou un éventuel abus, peut dès à présent prendre contact anonymement et bénéficier d'une première consultation.

Via le site Internet [www.sportintegrity.ch](http://www.sportintegrity.ch) les personnes intéressées accèdent au nouveau portail de signalement en ligne, qui est à disposition en quatre langues 24 heures sur 24. Les signalements peuvent aussi y être faits sous forme anonyme. La consultation téléphonique est à disposition du lundi au vendredi, de 8h30 à 11h30 et de 13h30 et 16h30. Les besoins linguistiques sont entièrement couverts dans les langues officielles que sont l'allemand, le français et l'italien, ainsi que les préférences de genre (personne de contact masculine ou féminine)..

### Maintien de l'agence nationale anti-doping

Swiss Sport Integrity poursuivra les tâches et les activités d'Antidoping Suisse et continuera d'agir en tant qu'organisation nationale d'antidopage. Les nouvelles tâches supplémentaires ne perturberont nullement le travail d'antidopage. Au contraire, l'objectif est d'exploiter les synergies entre les deux domaines chaque fois que cela est possible.

## Ensemble pour un sport sûr



# Autres services de signalement et de conseil

## Service de signalement de la FIG

Les gymnastes disposent avec le service de signalement de la Fédération internationale de gymnastique FIG d'un autre service de signalement, auquel ils peuvent s'adresser en cas de violation de l'éthique ou d'abus en gymnastique.

[www.gymnasticethicsfoundation.org](http://www.gymnasticethicsfoundation.org)

+41 (0) 21 311 1341

[contact@gymnasticethicsfoundation.org](mailto:contact@gymnasticethicsfoundation.org)

## Commission d'éthique de la FSG

Les signalements ne doivent plus être annoncés à la commission d'éthique de la Fédération suisse de gymnastique nouvellement créé il y a une année, mais à Swiss Sport Integrity. Cette dernière enquête et évalue ensuite les incidents signalés (voir ci-dessus). La commission d'éthique de la FSG existe toutefois toujours. Son travail porte dorénavant sur les domaines du conseil, des sanctions, de la prévention et de la surveillance.

Pour des conseils et du soutien, vous pouvez donc continuer à vous adresser aux personnes suivantes :

Lic. iur. Daniel Mägerle  
c/o Anwaltskanzlei Mägerle  
Président de la commission d'éthique  
Obergasse 19  
8400 Winterthur  
+41 52 213 84 84

[maegerle@maegerle-law.ch](mailto:maegerle@maegerle-law.ch)

Dr. med. Ursula Laasner-Hausmann MSC  
c/o Kinderpraxis Neuhegi  
Membre de la commission d'éthique  
Sulzerallee 75  
8404 Winterthur  
+41 52 569 75 45

[kinderpraxisneuhegi@hin.ch](mailto:kinderpraxisneuhegi@hin.ch)

## Conseil aux moniteurs jeunesse Pro Juventute

Les spécialistes de Pro Juventute (le service de conseil aux moniteurs jeunesse de Pro Juventute répond à toutes les questions) sont joignables 365 jours par an, 24 heures sur 24, par téléphone (+41 58 618 80 80) et par mail.

## Département Éthique & Droit à la FSG

Le département nouvellement créé Éthique & Droit de la FSG est opérationnel depuis le 1er décembre 2021. Le secteur est directement subordonné à la direction, car il a encore et toujours des points de contact avec toutes les divisions, il est dirigé par Bettina Aebi, qui vient de rejoindre la FSG. Elle va également reprendre la fonction de responsable de l'éthique d'Olivier Bur et le remplacer après son énorme engagement de longue durée. Naomi Kempter restera dans le département Éthique & Droit (elle a déjà pu contribuer activement au développement du domaine de l'éthique au sein de la FSG l'année dernière).

Au cours de la nouvelle année, la FSG va pouvoir aborder et continuer à approfondir beaucoup de travail dans le domaine de l'éthique. Divers projets s'appuyant notamment sur les conclusions des rapports d'enquête de l'année dernière ont déjà été lancés ou sont en cours de planification.

La FSG tient à clarifier les notions de « Valeurs & Éthique » car, à cet égard, elles ont suscité une certaine incertitude par le passé.

D'autres mesures d'information sont donc prévues dans ce domaine pour l'année à venir.

## Questions ?

Pour répondre à vos éventuelles questions, nous sommes à votre disposition à l'adresse [ethique-valeur@stv-fsg.ch](mailto:ethique-valeur@stv-fsg.ch)

Salutations sportives

**FÉDÉRATION SUISSE DE GYMNASTIQUE**

Au revoir et  
Merci pour tout !



Gigi

Tu as commencé à la Gym Dames Ecublens en 1985 dans le groupe Mère-Enfant avec ta première fille Cindy. De fil en aiguille tu t'étais dit il faut bouger alors pourquoi pas poursuivre la gym dans le groupe Dames avec comme monitrice Marcelle Costa.

L'aventure dans la société continue : tu as remplacé Fabienne Pelet qui était la caissière à ce moment-là.

Après la fusion, tu as rejoint le comité d'Actigym, tu as repris le poste de caissière du nouveau comité et tu y resteras jusqu'à ce jour.

Gigi, du fond du cœur MERCI MERCI MERCI pour le travail que tu as accompli avec bienveillance et précision durant toutes ces années. Tes grands points forts et personne ne peut dire le contraire, sont ton efficacité, ta rapidité, ta discrétion, tu es géniale.

Avec les changements, les nouveautés dans ton poste, tu as décidé de donner ta démission. Tu mérites bien de penser à toi, à ta petite famille, de profiter des belles années à venir.

Travailler avec Toi a été un réel plaisir. C'est avec un pincement au cœur que nous te laissons partir mais c'est sûr nous nous reverrons pour un café, un souper.

Encore un tout grand MERCI Gigi.

# Ghislaine



Comme le temps passe vite, souvent trop vite ....Tu as commencé la gym en 1982 à la Gym Dames d'Ecublens et oui presque 40 ans de gym ! En 1987, tu as pris la fonction de secrétaire à la soirée « Gymmagic » et ceci jusqu'en 2011.

Lors de l'assemblée extraordinaire du 28 août 1992 tu as accepté, sous la présidence de Jacques Rosset ainsi que sous la houlette de la responsable Marily Pfister, la fonction de secrétaire dans les commissions « lotos » et « soirées ».

Tu t'es occupée également de la Tombola et donné des coups de mains à la Buvette, sans oublier que tu as travaillé à la cuisine durant les demi-finales de Trampoline.

C'est donc à l'AG du 6 mars 1995 que tu es devenue officiellement secrétaire de la Gym Dames puis à la fusion en 2004, secrétaire d'Actigym ceci jusqu'à ce jour. Avec toutes ces années tu en as connu des Présidentes et Présidents.

Ghislaine, tu es le pilier d'Actigym, une vraie encyclopédie, la mémoire vivante de notre société. Avec Henri, qui fait partie de la Gym Hommes, de l'Echo des Campagnes, vous en connaissez du monde. S'il nous manque une information sur une personne ou sur un évènement c'est tout naturellement que nous nous tournons vers toi pour trouver la réponse. Nous pouvons rester des heures à écouter tes souvenirs, tu sais si bien les raconter !

Pimpante, toujours habillée de couleurs vives, tu arrives à nos séances avec ta bonne humeur et souvent avec une anecdote à nous raconter de drôle ou de moins drôle. Tu nous as beaucoup fait rire. Parfois certains de nos codirs étaient des moments d'échappatoire.

Cette fois ça y'est, c'est avec beaucoup d'émotion que nous te laissons partir mais ce n'est qu'un au revoir puisque tu restes gymnaste et sans doute, quand tu le pourras, bénévole lors de l'une ou l'autre de nos manifestations.

Nous ne pouvons que te remercier du fond du cœur pour le travail accompli durant toutes ces années ainsi que pour ta grande disponibilité.

Nous te souhaitons plein de belles années avec Henri et toute ta petite famille. Sachez aussi profitez de moments que les deux.

A très vite.

*« Ghislaine remercie la Grande Famille d'Actigym et souhaite bon vent au nouveau comité ».*



# Homages

**Pierre Soder** est décédé le 30 décembre 2021 à l'âge de 91 ans.

Pierre est entré dans la grande famille de la Gymnastique en janvier 1985. Il a pris en mains le groupe « Jeunes Gymnastes » avec Daniel Cloux et Pierre Tortoriello en remplacement de Patrice, moniteur de ce groupe, qui a dû partir au service militaire. En 1985, Pierre Soder et Daniel Cloux sont jurés à la Fête régionale des Actifs à Morges.

En 1987, le 10 mars il succède à Charles-F. Rouge, Président ad intérim de la SFG Ecublens.

Cerise sur le gâteau, en 1987, il participe en tant que magicien à la soirée GYMAGIC.

Plus tard, en 2007 il participera à la confection du décor de la soirée « Les aventuriers d'Actigym ».

Que de cordes à son arc !!!

En 1988, le 29 janvier, après un débat fort et animé et que personne n'est disposé à assumer la présidence, Pierre accepte de rester à la tête de la section pour une année encore.

Il s'investit dans la création du journal Magagym et a pris de son temps pour trouver un training de société de qualité.

Il restera une figure familière de tous les jeunes, moins jeunes et parents qui le voyaient lors de toutes les manifestations sportives.



Son côté pince-sans-rire lui permettait de trouver une distance bienvenue pour gérer les problèmes, sans perdre le sérieux dans leur résolution.

Merci à toi, Pierre, pour ton dévouement, ta disponibilité, ton engagement envers la GYM d'Ecublens.

Ghislaine

**Jacques Rosset , ancien Président d'Actigym** est décédé le 24 janvier 2022 dans l'année de ses 74 ans.

Jacques a été un volleyeur émérite, a forgé ses premiers contacts au sein de la FSG Ecublens en tant que membre fondateur de l'ancienne sous-section de volley-ball.

Par ses contacts professionnels et de volleyeur, il a rapidement mis ses compétences et sa forte capacité de travail au service de la FSG Ecublens. Il ne comptait pas ses heures, pas ses soirées. Il a eu plusieurs cordes à son arc :

Il a été

- membre, président et caissier du comité central
- membre de la commission de la révision des statuts
- responsable du fichier
- membre de la commission du loto, de la soirée, du bulletin interne
- metteur en scène lors des soirées du « Bicentenaire » de 2003 et « de Noël à Nouvel an ... » en 2005

Son engagement a débuté en mars 1982.

Nous remercions Jacques pour son savoir-faire, sa disponibilité, sa générosité, son écoute tout au long de ces 11 années.

Son image, son sourire, sa stature resteront à jamais ancrés dans notre mémoire.

ADIEU Président



- 1 Mot de la Présidente
- 2 Croset 2022
- 3 Motty 2022
- 4 Calendrier 2022
- 5 Mérites USL 2022
- 6-8 Trampoline
- 9 Ludovic Martin
- 10-11 Equipe Soirée
- 12 All Dance 1
- 13 Mixte 3
- 14-15 Groupes
- 16-17 Cotisations
- 18-19 Mixte 1-2
- 20 Aquagym
- 21 Agrès Libre
- 22 Agrès 1
- 23 Juniors
- 24 Actifs
- 25 Crocfit
- 26-27 Parents-Enfants
- 28-29 Kids
- 30-31 Camp de gym
- 32 Gym Douce
- 33 ElleGym
- 34 Infantine
- 35 Dames
- 36-37 Tests
- 38 All Dance 2-3
- 39 Fan
- 40-43 FSG Integrity,  
Ethique et Droit
- 44-45 Merci à Gigi et Ghislaine
- 46-47 Hommages

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](http://www.actigym.ch)  
[info@actigym.ch](mailto:info@actigym.ch)



Actigym Ecublens  
Trampo Actigym



fsgactigymecublens

Parution numérique en Mars

**Rédaction**

Alice Piotet  
[piotet@bluewin.ch](mailto:piotet@bluewin.ch)