

**FÉDÉRATION SUISSE
de GYMNASTIQUE
LANCY**

FSG LANCY

SAISON 2008-2009

RAPPORTS D'ACTIVITÉS

RAPPORT DU COMITÉ ADMINISTRATIF

Saison 2008 – 2009

Voilà déjà revenu le temps de notre assemblée générale ordinaire et avec elle le bilan d'une année gymnique. Cette saison fut une saison un peu spéciale, puisque depuis la démission d'Albert Baumgartner lors de notre Assemblée Générale en novembre 2008, la société fonctionne sans président attitré ! Heureusement que les différents membres du comité administratif connaissent parfaitement les tâches qu'ils ont à accomplir, car pour ma part, même avec un titre de vice-présidente, je suis considérée par toutes les instances administratives et sportives comme la répondante de la société, ce qui a passablement étoffé le travail qui était le mien. L'année se termine cependant sans soucis majeurs, et nous pouvons tous être fiers du travail accompli.

Comme chaque année, les cours offerts par la FSG Lancy permettent à de nombreux gymnastes de s'adonner à leur discipline favorite, ou tout simplement, et c'est dans l'air du temps et surtout recommandé pour la santé, de se bouger en toute convivialité et avec du plaisir. Le but est donc atteint.

Du côté du comité, nous ne pouvons que regretter la fermeture de certains cours par faute de moniteurs ou monitrices, alors que nous avons les salles, que le matériel est à disposition, et surtout que nous avons de nombreuses demandes, essentiellement pour les enfants.

Mais... ne soyons pas défaitistes : avec ses 369 membres de 2ans ½ à 75 ans environ répartis dans plus de 10 disciplines, la FSG Lancy reste une des plus importantes sociétés du canton.

Et il faut se faire une raison : toutes les sociétés ou associations qui fonctionnent avec des bénévoles en font le constat... Il est facile de trouver des Yakas pleins d'idées, mais beaucoup plus difficile de trouver des personnes prêtes à s'investir, quelques heures par mois, simplement pour voir s'épanouir des sourires de joie ou de fierté sur des visages d'enfants, ou partager quelques instants privilégiés d'effort physique, voire de casse-têtes administratifs entre adultes, instants qui souvent deviennent des moments d'amitié partagés.

Ceci me donne donc l'occasion de remercier tout spécialement les très nombreux moniteurs, aide-moniteurs, juges, tous bénévoles, qui prennent sur leur temps privé pour se former et transmettre ensuite leur savoir aux autres. Presque tous ont participé, soit aux différentes manifestations proposées par l'Association Genevoise de Gymnastique, soit dans les concours ou manifestations organisés par notre société.

MERCI à tous ceux qui sont régulièrement présents quand on a besoin d'eux ! Nous sommes parfois maladroitement pour vous le dire ou vous le prouver, mais le comité administratif est là pour que vivent les cours de gymnastique et que vous, moniteurs et juges, puissiez vous adonner à votre plaisir sans trop de contraintes. Et si ce n'était pour le plaisir et l'amitié, et pour la fierté d'une tâche accomplie avec succès... aucun d'entre nous ne serait là aujourd'hui.

Evidemment, nous aimerions tous en faire beaucoup plus, mais faute de temps... il faut parfois être raisonnable. A lire les rapports qui suivent, on ne peut qu'admirer l'immense tâche accomplie.

Ce n'est cependant pas une raison pour délaisser les liens qui existent ou qui devraient exister entre comité, moniteurs, gymnastes, commune, mais aussi anciens membres de la société.... Bref, il faut absolument se souvenir que nous ne sommes qu'un maillon de chaîne, et que nous ne sommes là que parce que « d'autres » sont également là ou ont participé à la vie de la société avant nous.

La mise en place d'un site Internet, pour lequel nous allons nous pencher sur un historique de la FSG Lancy, va certainement nous pousser à renouer quelques liens oubliés avec d'anciens membres que nous souhaiterions retrouver dans nos membres passifs...

L'un des maillons auquel nous sommes indubitablement rattachés, c'est la commune de Lancy. Rien ne pourrait se faire sans les autorités et leur aide, tant au niveau financier ou logistique en mettant salles et matériel à notre disposition, qu'au niveau de la vie communale à laquelle nous prenons part régulièrement, par exemple avec un stand de pâtisseries à la Fête des Ecoles. Un grand merci pour leur soutien sans faille.

Membres de la commune également, que nous oublions parfois tellement ils sont présents dans nos organisations de cours, camps ou concours, c'est aux concierges des écoles que je désire également transmettre notre reconnaissance pour leur aide, leur patience et leur gentillesse.

2010 sera une année « spectacle », comme tous les 2 ans. L'enthousiasme est de mise pour cette organisation, malgré un calendrier gymnique très chargé pour nos groupes de compétition. Donc rendez-vous le 6 mars 2010

dans la salle omnisport du Petit-Lancy, où nous comptons bien profiter de cette date pour partager, tous ensemble, l'effort, puis le réconfort !...

Avant de clôturer complètement la saison 2008-2009, je laisse la parole aux responsables des différentes disciplines. A eux de vous relater le côté technique et la vie de leurs groupes respectifs.

Comme chacun pourra le constater, et il serait bon que beaucoup de parents lisent ces rapports, notre société ne manque pas d'idées, de dynamisme, d'esprit de conquêtes ou de remise en question. Bravo à tous les groupes, non seulement pour leurs prouesses gymniques, à tous les niveaux, mais simplement pour oser avoir des objectifs, et tout faire pour les atteindre.

La DIFFERENCE, jeunes-vieux, anciens-nouveaux, gym loisir-gym élite, garçons-filles..... Nous sommes tous représentés à la FSG Lancy !... Sachons en faire notre force !

Août 2009

Pour le comité de la FSG Lancy
Denise Meystre, vice-présidente

GROUPES de GYMNASTIQUE GENERALE



GYMNASTIQUE PARENTS-ENFANTS

Cours du Petit-Lancy

J'ai retrouvé avec plaisir les enfants inscrits pour la 2^e année de gym depuis février avec les nouveaux venus.

Le cours était complet avec 15 couples parents-enfants. Pour certains parents, c'était la 3^e année en ma compagnie avec les petits frères et sœurs. C'est un groupe très sympa et je me réjouis de les revoir la saison prochaine.

Sabine Nobs



GYMNASTIQUE ENFANTINE

Cours du Petit-Lancy

C'est une magnifique équipe de 25 enfants, âgés entre 4 et 6 ans, que nous avons eu le plaisir d'initier aux différentes disciplines gymniques, tout au long de cette année.

Les demandes de participation à ce cours ont été très nombreuses (étant donné que c'est le seul qui reste à Lancy !!) et nous avons été obligées de limiter le nombre d'enfants acceptés.

Avec l'aide d'une autre monitrice, de ma fille ainsi qu'avec un tournus de quelques mamans volontaires, nous avons réussi à encadrer tout ce petit monde. J'aimerais remercier ici Jessica Vazquez, Isaline Zellweger, Véronique Magnin, Véronique Guignard, Cristina Pinto, sans lesquelles il m'aurait été impossible d'assurer des cours variés, motivants avec beaucoup de matériel et d'engins !!!

Les événements marquants de cette saison ont été :

- la leçon de l'Escalade le 12 décembre, avec déguisements et dégustation de la traditionnelle marmite accompagnée de ses petits légumes pour les gourmands !
- une leçon ouverte aux familles, le 19 décembre, qui a permis aux parents ainsi qu'aux frères et sœur d'admirer et de tester par eux-mêmes certains exercices,
- une participation exemplaire de presque tous les enfants à la Journée dans le Terrain organisée à Versoix le 17 mai ; superbe ballade à travers le village ponctuée de 10 postes de jeux très appréciés des enfants ; le clou de la journée a été la distribution des médailles et diplômes aux valeureux participants,
- une leçon ouverte aux familles, en commun avec le cours P/E de Sabine, le 12 juin qui a permis aux plus petits de suivre (voire précéder) leur grand frère ou grande sœur ; après quoi nous avons tous partagé un apéro canadien dans la salle de réunion.

J'aimerais aussi remercier les parents qui ont régulièrement amenés leur enfants au cours et ceux qui nous ont soutenus aux promotions par la fabrication de délicieuses pâtisseries !

Karin Zellweger



JEUNES GYMNASTES

Cours des petites

Voilà une année de plus qui vient de se terminer ! C'était ma première année en tant que monitrice responsable et une année, pour ma part, réussie !

Nous avons accueilli, Isabelle et moi, 18 filles de 6 à 8 ans. Les premiers mois n'ont pas été faciles : nous avons eu quelques problèmes au niveau de la discipline, ce qui nous a poussées à continuer à travailler, comme l'an passé, en petits groupes (2 ou 3 selon les présences des monitrices) afin de pouvoir mieux les suivre et garder leur attention plus facilement. En effet, il nous a été difficile de nous faire respecter, mais grâce à l'intervention de Martine auprès des parents et des filles et à une réorganisation complète des cours, tout a fini par s'arranger. Nous avons également pu profiter de la précieuse aide de Karin, qui s'est proposée pour nous donner un coup de main de temps en temps. Nous avons alors pu travailler d'avantage et dans de meilleures conditions.

Ces petites gymnastes sont toujours très attirées par la découverte de nouveaux exercices et de nouveaux engins. Nous adaptions nos méthodes d'enseignement pratiquement au cas par cas car elles n'ont pas toutes le même niveau. Certaines n'avaient jamais fait de gymnastique, ni même de sport.

C'est pour leur plus grande joie et pour la plupart, pour la première fois, que nous avons participé au Mémorial Moret dans la salle omnisport du Bois-des-Frères. Cette manifestation leur convient très bien et nous avons eu la joie de clôturer cette journée par une tiraille à la corde qui a plu à toutes.

Comme chaque année, nous nous sommes rendues à Versoix début juin pour parcourir les bois et les champs lors de la Journée dans le Terrain qui s'est déroulée sous le soleil et la bonne humeur. C'est avec beaucoup de plaisir que nous avons parcouru les dix kilomètres de marche et participé aux différents postes proposés... Je remercie ma maman, Lorraine Favre, mon frère Vinesh, ainsi qu'Isabelle et son copain de nous avoir accompagnées durant cette belle journée. Et c'est une magnifique 5^{ème} place accompagnée d'une très jolie médaille qui est venue récompenser chaque gymnaste très fatiguée mais vraiment heureuse. Bravo à toutes !

Je tiens à remercier Isabelle qui a su gérer chaque situation et qui a montré une certaine conviction durant toute l'année, et également à Cédric qui comme à l'accoutumée a accompagné notre groupe lors du Mémorial Moret et de la Journée dans le Terrain. Un grand merci à Karin qui nous a prêté main forte et avec qui nous avons eu beaucoup de plaisir à travailler.

Et un Merci très spécial à Martine qui m'a suivie et formée depuis le début et qui a toujours été présente, toujours à l'écoute ; elle a été absolument géniale ! Un grand merci pour tous les bons moments que l'on a passés ensemble durant ces quelques années !

Après 4 ans passés comme aide-monitrice auprès de Martine et une année passée en tant que monitrice responsable de ce très joli groupe, je dois quitter le monde de la gymnastique pour des raisons de travail, de déménagement et de temps. Je laisse alors ma place à Karin qui va être aidée d'Isabelle (qui va passer son brevet JS d'ici peu), à qui je fais entière confiance et qui, je le sais, vont tenir ce groupe de main de maître.

C'est une tradition maintenant, les parents ont participé avec leur enfant à la dernière leçon de l'année, leçon toujours suivie d'un pique-nique. Cette année et à la demande des filles, nous avons décidé de faire une leçon spéciale... Nous remercions Alexia Favre qui a accepté de venir clôturer cette année gymnique par un cours de Bollywood et de Hip Hop. Elle a su nous faire partager sa passion pour la danse indienne et le Hip Hop, et nous emmener dans une ambiance agréable et appréciée de tous ! Une découverte très enrichissante ! C'est à chaque fois un réel plaisir de les voir passer un excellent moment. A renouveler absolument !

Bonne continuation... et merci pour votre engagement et pour tout votre travail effectué lors de la saison. Votre aide m'a été précieuse !

Et un tout dernier remerciement au comité de la FSG Lancy pour votre investissement et toute votre amitié !

A bientôt peut-être !

Jessica Favre

Cours des moyennes

Nous avons passé une très belle année gymnique avec nos 16 jeunes gymnastes.

Nous avons décidé durant cette année de changer notre façon de fonctionner et d'expérimenter une nouvelle manière d'enseigner. Nous avons en effet travaillé en trois groupes : deux groupes accompagnés d'une monitrice, avec pour chacun une activité différente (engins, force, souplesse, agilité, etc..), et un groupe autonome qui travaille la condition physique. Durant la leçon, un tournus est effectué. Les mêmes activités sont reprises pendant 3 semaines. La répétition des mêmes postes sur plusieurs leçons a permis à chacune des filles de se rendre compte de ses progrès et de ce fait, leur motivation était grande, et leur satisfaction et leur plaisir étaient encourageants pour nous.

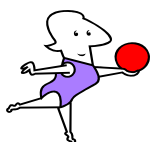
Cette année, nous avons participé à la journée ludique du Mémorial Moret qui a eu lieu en automne, journée toujours très appréciée, ainsi qu'à la Journée dans le Terrain à Versoix qui est également toujours un bon moment à passer avec nos gymnastes en dehors de notre salle de gym.

Nous avons clôturé la saison de gym avec notre maintenant traditionnelle leçon parents-enfants, leçon que nous préparons avec les filles afin de donner aux parents un petit aperçu du contenu de nos cours. Ce moment passé ensemble remporte toujours un vif succès et les parents participent chaque fois avec beaucoup d'enthousiasme. Cette leçon se termine par un pique-nique en commun.

C'est toujours avec grand plaisir que nous travaillons ensemble et que nous essayons de transmettre un peu de notre motivation aux enfants.

Nous nous réjouissons d'ores et déjà de partager une nouvelle saison gymnique avec nos élèves.

Sabine Worek et Martine Lacroix



DAMES

Gym Douce / Gym-Tonic

C'est toujours avec beaucoup de plaisir que je donne les cours gym "douce" et gym "tonic".

Cette année, j'ai voulu diversifier en introduisant plusieurs petits accessoires (ballons, quilles, cordes, bâtons...). J'ai aussi modifié les échauffements en faisant plus de jeux. J'espère que la nouvelle formule a plu à la majorité des élèves et j'espère apporter d'autres idées l'année prochaine.

Lorraine Favre



GYM HOMMES / VOLLEYBALL



Comme la saison précédente, présence constante des gymnastes tout au cours de la saison 2008-2009.

Cette saison nous avons recruté deux nouveaux et « jeunes » gymnastes qui ont atténué le vieillissement de notre section ! Nous avons également récupéré deux « anciens » qui nous avaient temporairement abandonnés. Ceci a permis de redynamiser et motiver l'ensemble du groupe. Malgré cela, nous serions toujours heureux d'accueillir un ou deux (ou plus) actifs vieillissants dans leur catégorie et qui cherchent une reconversion ...!

Les 1^{er} lundis de chaque mois, nous nous entraînons toujours avec succès (10/12 personnes) dans la salle de musculation de la nouvelle école du Petit-Lancy que nous occupons également le mercredi, soit avec 1 ou 2 gymnastes ou 8 à 10 joueurs de volley pour l'échauffement avant l'entraînement.

Côté volley, nous avons réalisé un championnat très serré et combatif durant lequel nous avons battu toutes les équipes inscrites, mais nous nous sommes fait également battre par celles-ci, pour terminer 5^{ème} / 8 équipes en championnat Relax. Nombre toujours constant de joueurs malgré 1 ou 2 départs.

Merci à François et à Reinier d'assurer la communication et l'organisation de nos repas de Noël et de fin de saison.

A toutes et à tous, je souhaite plein succès et une bonne saison 2009-2010.

Miguel Navarrete

Musculation

Comme depuis plusieurs années déjà, le comité de la société tient à remercier M. Eric Flubacher tout particulièrement pour sa disponibilité et pour l'aide qu'il apporte aux nouveaux adeptes de la musculation, dans cette superbe salle mise à disposition de nos membres par la Ville de Lancy !

Denise Meystre, vice-présidente

GROUPES de COMPETITION :



GYMNASTIQUE & DANSE

La saison 2008-2009 fut bien remplie, mais pourtant bien différente des précédentes... Notre groupe comptait 50 gymnastes, dont 28 nouvelles.

Groupe des petites :

Ce groupe, composé à 99% de nouvelles gymnastes, a bien fonctionné cette année sous la direction d'Elodie. Elles ont participé au Mémorial Moret, puis elles ont présenté un groupe aux « fusées » (non-conventionnel) au Salon des Sports et des Loisirs à Palexpo et au Championnat Genevois. Elles se sont très bien débrouillées lors de ces deux représentations en public et elles ont montré à chaque fois ce qu'était l'enthousiasme de gymnastes débutantes!

Merci à Tahina pour son aide précieuse et régulière auprès d'Elodie !

Groupe des moyennes I :

Ce groupe a bien fonctionné cette année, malgré l'arrivée de nouvelles gymnastes plus jeunes ou moins expérimentées.

Les filles ont créé de nombreux exercices individuels et «gym à 2», elles ont toutes passé un nouveau test et elles ont monté elles-mêmes, avec l'aide de Rania, un nouveau groupe sans-engin présenté en démonstration

pour les parents. Elles ont toutes très bien travaillé durant cette saison, et le « mélange » d'anciennes et de nouvelles a beaucoup apporté à chacune !

Bravo aux filles pour leur travail et merci à Moira, Rania et Natacha pour votre aide auprès de Nicole !

Groupe des moyennes II :

Ce groupe de moyennes, composé des mêmes gymnastes que la saison dernière ainsi que de trois nouvelles, a également bien fonctionné, malgré quelques petits problèmes de discipline en fin de saison.

Les gymnastes ont toutes amélioré leurs «gym à 2» et en ont créé des nouvelles ; elles ont concouru une dernière fois avec le groupe foulard-ballon-cerceau au Championnat Suisse, où elles ont obtenu une très belle 8^{ème} place, et elles ont présenté un nouveau groupe aux massues lors des Championnats Genevois. La plupart des objectifs que Delphine avait fixés en début de saison pour ce groupe ont été atteints.

Bravo aux filles pour leur travail et merci à Daniela et Lorena pour leur aide auprès de Delphine !

Groupe des grandes :

Ce groupe s'est développé petit à petit en début de saison, grâce à la publicité faite par Marie-Françoise, et s'est finalement composé de onze gymnastes !

Le projet de groupe au ballon créé la saison dernière a donc pu être réalisé et les gymnastes ont pleinement mis la main à la pâte. Il a été présenté lors du Salon des Sports et des Loisirs à Palexpo, au Gala organisé par les Agrès garçons, et il a même été complété d'une partie au ruban pour clore les Championnats Genevois Agrès garçons et pour une démonstration prévue pour les parents. Bravo aux filles pour leur motivation et merci à Marie-Françoise pour son engagement !

En novembre, les Moyennes II et les Grandes ont concouru au Championnat Romand individuels à Gland. Elles ont toutes très bien défendu nos couleurs lancéennes et une médaille de bronze ainsi qu'un diplôme ont été remportés en Gymnastique à Deux (2 parties) catégorie Jeunesse 2 ; bravo à Tiffanie Golan-Pillet et Amanda Muggler pour leur troisième place, et à Malina Jaccard et Sehen Lehmann pour leur distinction . En décembre, le groupe foulard-ballon-cerceau des Moyennes II, s'est très bien défendu au Championnat suisse Jeunesse de Sociétés à Glaris en obtenant un 8.95. En mars, toutes les gymnastes participèrent aux Journées Genevoises à Veyrier, où elles montèrent plusieurs fois sur le podium, et en mai, elles remirent cela lors du Championnat Genevois à Pregny-Chambésy. Un bravo particulier à Soraya Rafrafi pour sa deuxième place en libre catégorie Jeunesse et à Alicia Perreira pour sa troisième place dans la même catégorie, ainsi qu'à Malina Jaccard et Sehen Lehmann pour leur deuxième place en gymnastique à deux catégorie 2 lors du Championnat Genevois.

Pour clore l'année, nous avons fait notre traditionnelle démonstration pour les parents suivie d'un repas canadien très convivial.

Bravo à toutes les gymnastes pour leurs résultats et un immense « merci » à toutes celles, monitrices ou aides, qui se sont investies lors de cette saison!

Nicole Salvi et Elodie Diaque



AGRES

Groupe des Filles



Nous voici arrivées au terme de cette saison qui fut, pour nous, la première en tant que responsables officielles du groupe Gymnastique agrès filles.

Dès le départ, des objectifs clairs et précis ont été établis avec nos monitrices et nos gymnastes. C'est donc pour optimiser nos chances de réussite que nous avons restructuré tous les entraînements

en multipliant et en variant au maximum les exercices de force et souplesse. Différents postes ont été soigneusement préparés à chaque leçon en fonction des besoins spécifiques de nos gymnastes. Le but visé était de décomposer chacun des éléments afin de corriger et d'améliorer les plus petits détails.

Nous avons donc mis en place des entraînements un peu plus intensifs et ciblés dont la combinaison entre plaisir et discipline restait tout de même une priorité. Les gymnastes, qui avaient été informées d'entrée des changements qui allaient arriver, ont su s'adapter avec succès au fil des leçons.

Dès les premières compétitions, nous avons eu le plaisir de constater que notre travail avait payé. Nous avons obtenu une médaille d'or au premier concours en C5 grâce à **Coralie Adam** qui (et cela vaut la peine d'être souligné) concourait pour la première fois dans cette catégorie. Les résultats des filles au cours de la saison ont été des plus satisfaisants et ce fut notre plus belle récompense. Notre groupe a remporté beaucoup de distinctions et les podiums que nous espérions sont arrivés. Le plus gros challenge était d'obtenir un podium en catégorie 3 avant la fin de l'année et nous l'avons réussi. Après s'être placée à plusieurs reprises au pied du podium, **Lola Renaud** a terminé la saison en beauté en montant sur la 3^{ème} marche au Championnat Genevois.

Par ailleurs, le comité cantonal agrès s'est tourné vers nous pour organiser le Concours Cantonal, étant donné que nous avons la chance d'avoir à Lancy une belle et grande salle avec un excellent matériel. Dans la foulée, nous avons accepté d'organiser un concours mixte filles et garçons, événement qui ne s'était plus produit à Genève depuis fort longtemps. Les filles ont donc pu observer ce que les garçons faisaient et découvrir ce que sont les barres parallèles et le reck haut. Cette manifestation s'est déroulée à merveille et ce fut une très belle rencontre.

Nous tenons d'ailleurs à remercier encore une fois toutes les personnes, surtout les parents, qui se sont relayés durant tout le week-end aux différents stands. Merci également à nos gymnastes qui ont participé activement au bon déroulement du concours.

En définitive, nous terminons cette magnifique saison avec plusieurs qualifiées pour les championnats romands et une pré-qualifiée au Championnat Suisse. Notons que cela n'était pas arrivé depuis exactement 10ans.

Nous souhaitons également adresser toutes nos félicitations à nos trois monitrices **Elisa Giussani, Magdalena Knobel et Aurélia Füllemann** qui ont activement participé à différentes leçons de monitorat cette année dont le cours de Sensibilisation à l'Activité de Moniteur (SAM) durant tout un week-end. Au cours de cette saison, elles ont également obtenu leur brevet de juge B1.

Pour clôturer et fêter cette belle saison gymnique, nous avons invité toutes les gymnastes à différentes activités : une sortie piscine, un parcours Vita au Evaux avec les plus grandes et, bien évidemment, nos traditionnelles grillades avec les parents, qui à chaque fin de saison répondent toujours présent à l'appel.

En résumé, nous attendons avec hâte la rentrée prochaine afin de continuer sur cette lancée.

Laëtitia Massard et Leila Talib

Groupe des Garçons



Groupe des PETITS (6-12 ans)

Encore une belle année qui s'est déroulée pour la catégorie des jeunes gymnastes garçons, âgés de 6 à 12 ans !

Cette jeune équipe est sous la direction de Dario De Donato et de Yannick Chevallier, qui ont eu un grand soutien de Quentin Chuit et Robin Widmer, aides-moniteurs.

Une année 2008-2009 riche en émotions, avec cinq manifestations pour nos jeunes gymnastes.

Seuls les gymnastes qui entamaient leur seconde année de gymnastique ou plus ont participé au concours d'automne. Et c'est avec joie que Damien Roch a pu monter sur la plus haute marche du podium de la catégorie C1.

Nos jeunes ont présenté une très belle démonstration au sol et au saut lors du Gala de Lancy.

Sourya Melan et Quentin Marchard ont pris les deux premières places lors du concours cantonal en catégorie 1, alors que tous deux faisaient leur deuxième concours! Bravo à eux.

Nous avons retrouvé encore une fois Sourya Melan, cette fois sur la deuxième marche du podium, lors du Championnat Genevois.

C'est une équipe pleine de bonne volonté que nous avons un grand plaisir à entraîner., et c'est dans cette bonne lancée que nous allons continuer l'année prochaine, avec plus de monde encore !

*Dario De Donato et Yannick Chevallier
Quentin Chuit, Robin Widmer*

Groupe des MOYENS (10-16 ans)

Cette année nous avons eu un groupe de 20 gymnastes qui ont fait des concours individuels genevois et cantonaux, ainsi que des exercices de saut, barres parallèles et anneaux en société.

Nous avons eu la chance d'avoir une nouvelle salle à l'école de commerce Aimée-Stitelmann. La mise en place ne fut pas facile, mais après avoir pris nos marques, tout s'est finalement bien passé (en partie grâce à un concierger très conciliant).

Malheureusement, nous n'avons pas pu faire tous les concours extérieurs espérés, certaines dates se chevauchant avec des concours ou des démonstrations à Genève. Nous avons obtenu de bons résultats au niveau genevois, et nous sommes en progression au niveau romand. Cependant nous avons dû compter avec de nombreux désistements suite à des blessures en dehors des entraînements. Malgré cela nous avons tout de même pu faire quelque chose de tout à fait honorable.

Et comme chaque année, nous avons continué à organiser nos sorties récréatives telles que l'escalade, le week-end de ski, le tournoi de unihockey, etc... En décembre nous avons fait notre premier gala dans notre nouvelle salle Stitelmann qui a été un grand succès.

C'est en toute confiance que l'on repart l'année prochaine, accompagnés d'un nouveau moniteur qui j'en suis sûr renforcera notre groupe. Quant aux gymnastes, le groupe restera principalement constant.

Je remercie Olivier et Benoît Pahud ainsi que Marc Ambühl, sans qui les entraînements n'auraient pas pu se dérouler dans de bonnes conditions.

Frédéric Julini

Groupe des ACTIFS (17-36 ans)

Tous actifs dans la vie professionnelle et familiale ou en études, les membres de ce groupe participent à des concours individuels et de société au niveau national.

Avec une équipe nouvelle (3 nouveaux gymnastes et quelques départs), nous avons repris cette année le même tour de section au sol et repensé les exercices des barres parallèles et des anneaux balançants. Nous avons notamment présenté nos 3 disciplines de section à la Coupe des Bains et participé à plusieurs démonstrations.

Pour les concours individuels, la présence du groupe a également été significative.

Le challenge a été d'autant plus important que Sylvie, de par son activité professionnelle, n'a pu être présente que sporadiquement. Cela dit, nous avons d'ores et déjà de grands projets pour l'année 2009-2010, car nous ambitionnons une participation à la Gymnastrada 2011 en intégrant plus de filles dans le groupe.

Encore une fois, un merci tout particulier à Mme Ray qui a suivi la formation pour devenir juge et à Chiara qui nous facilite l'accès à la salle du Bois-des-Frères.

Le plaisir est là, et les participants en redemandent !

Mateo

Gymnastique Artistique Masculine (GAM)

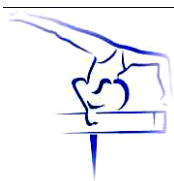
En septembre 2008, un 2^{ème} petit gymnaste GAM a été enregistré à Lancy, affiliée à l'UCGGA. Ces 2 très jeunes gymnastes du groupe *PP*, entraînés par Frédéric Stucky dans la très belle salle artistique du Bois-des-Frères, ont atteint les objectifs de l'année, soit de passer dans le groupe supérieur *Evolution 1*.

Comme la société de Lancy n'a pas d'entraîneur dans la discipline, ces 2 années d'affiliation à l'UCGGA servent encore d'essai et de découverte pour tous, société, parents, gymnastes.

En effet, s'il n'y a pas de problème administratif majeur, le lien technique et surtout celui d'appartenance à la société restent fragiles vu que les gymnastes n'ont pour ainsi dire jamais évolué au sein de groupes dans la société.

Un grand merci à Chiara Grünenwald, déjà responsable de la liaison avec la GAF, qui a accepté de m'aider à assurer le lien UCGGA-Lancy en représentant la société lors des séances de l'UCGGA.

Denise Meystre, vice-présidente



GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE (GAF)



Toujours pas de monitrice qualifiée depuis 5 ans pour ouvrir un cours de Gymnastique artistique féminine à Lancy destiné aux toutes jeunes gymnastes. La perle rare pouvant consacrer 2 x par semaine 2h1/2, de plus qualifiée, ne se trouve pas en claquant les doigts.

Pour le moment ce n'est pas un problème, les fillettes de Lancy et des environs ayant un potentiel morphologique, technique et mental sont acceptées dans les groupes ouverts à la salle artistique du Bois-des-Frères.

En novembre 2008, au Championnat Suisse par équipes, 3 lancéennes, Laura Alzina, Sabine Fellmann et Léonie Muller, faisant partie de l'équipe genevoise, se sont classées 1^{ère} en ligue C et ont obtenu le droit de concourir, cette année, dans la ligue supérieure B.

Laura, 16 ans et membre de l'équipe nationale, a vécu une année pénible avec quelques blessures. Sabine, membre du cadre espoir s'entraîne actuellement dans le centre de performance de BE (exigence de la FSG pour poursuivre sa carrière dans le niveau de performance). Elle aussi a joué de malchance avec une blessure qui l'a tenue éloignée des compétitions pendant 3 mois. Elle a tout de même participé au Championnat Suisse, son 1^{er} concours de la saison. Pour les autres lancéennes artistiques, pas de médaille au Championnat suisse Junior en 2009, mais d'excellents résultats dans les différents concours cantonaux et régionaux. Ceci dénote une bonne progression et un excellent travail des gymnastes de Lancy et des entraîneurs de l'AGG.

Chaque lancéenne est heureuse de pratiquer sa discipline favorite encadrée d'entraîneurs qualifiés. En tant que responsable de la gymnastique artistique féminine pour la FSG Lancy, je leur souhaite le meilleur avec le soutien de la société pour la prochaine saison.

Chiara Grünenwald



GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Cours d'initiation à la compétition GR

Organisation: salle de gymnastique du Petit Lancy
le mercredi de 10h00 à 12h00 / 9 participantes

Objectifs :

Initiation à la compétition G.R., orientation des enfants, apprentissage des éléments de technique de base (corporelle et engins à mains), apprentissage des éléments nécessaires pour le niveau 1.

La plupart des objectifs ont été atteints avec satisfaction, évidemment vu la jeunesse de ces fillettes, je les aurais gardées encore un an, elles ne sont pas encore prêtes pour aborder la compétition GR. Mon départ de Lancy m'oblige à fermer ce groupe, donc à les diriger ailleurs.

Sur 9 gymnastes, 3 peuvent se présenter dans un groupe GR. 1 a réussi le test d'entrée au Centre Cantonal. Les 5 autres ont été orientées en Gymnastique et Danse ou dans une autre discipline de notre société. Mais il est évident que le dernier mot revient aux parents, mon rôle se termine avec les informations données clairement à ces derniers.

Travail, ambiance :

Comme toujours, j'aime et je ressens beaucoup de plaisir à enseigner dans ce groupe. Les gymnastes se sont montrées attentives et motivées, elles ont assimilé joyeusement toutes mes explications et elles n'ont jamais dépassé les limites fixées au début de l'année.

La communication avec les parents s'est faite naturellement avec un contact régulier et surtout très « chouette ». Merci à la maman de Romane qui a assuré le lien téléphonique, après mon déménagement à Vallorbe. Tout s'est bien passé mais, chacun le sait, si il faut prendre la route régulièrement nous ne sommes pas à l'abri d'un contretemps... son aide m'a vraiment rassurée.

Conclusion :

C'est sur une note triste que je termine ce rapport, car il marque la fin du groupe d'initiation GR, bien que je conserve l'espoir qu'un jour une « ancienne » puisse avoir l'envie de reformer un groupe. Je n'ai pas trouvé la perle rare pour le moment...dommage!...

Merci encore au comité pour son travail et sa confiance ! Oui, je sais, je répète cela chaque année mais un merci n'est jamais un « doublon » et il paraît que c'est le deuxième plus beau mot de la langue française donc... encore merci à tous !

Marie-Françoise Pirolet

*Nous essayons de vous le dire chaque année,
Et ce ne sera jamais inutile :*

*A tous les bénévoles au sein des comités administratifs et techniques,
Gratte-papiers, moniteurs, juges,
Aux parents des gymnastes pour tous vos « coups de main »,
Aux gymnastes pour votre enthousiasme,
Aux autorités gymniques et lancéennes qui nous soutiennent,
Et à tous les amis de la gymnastique, les anciens et les nouveaux,*



MERCI



Novembre 2009/dm

FSG LANCY