



RAPPORT D'ACTIVITÉS FSG Lancy



Saison 2024-2025



SOMMAIRE

Gym Générale

Parents-Enfants	Page 3
Gym Enfantine PL	Page 4
Gym Enfantine GL	Page 5
Jeunes Gymnastes Filles	Page 6
Jeunes Gymnastes Mixtes	Page 7
Adultes Mixtes	Page 8

Gym Compétition

Gym & Danse	Page 9
Agrès Filles - Petites & Moyennes	Page 19
Agrès Filles - Grandes	Page 22
Agrès Garçons - Petits & Moyens	Page 24
Actifs Mixtes	Page 25

Sport Elite

Gym Artistique	Page 27
----------------	---------

Autre discipline

Volley	Page 28
--------	---------



GYM GENERALE

Parents - Enfants

Cette année, tout s'est bien déroulé.

Nous avons participé au **Mémorial Moret** avec une partie du groupe.



Il y a eu notre **spectacle de société** en mars auquel une partie du groupe a participé.



Nous avons participé avec une partie du groupe à la **journée dans le terrain** au Lignon.

Et les plus courageux ont participé avec le Club GO à la **Fête Fédérale** de Lausanne pour l'exercice d'ensemble.



Et pour nos dernières leçons : nous avons fait un parcours d'orientation, et une dernière leçon famille suivie d'un pique-nique.

Je me réjouis de retrouver les enfants qui continueront la saison prochaine ainsi que les petits frères et sœurs de ceux qui quittent le cours pour la gym infantile ou d'autres activités...

Bravo à tous pour votre participation active durant cette année.



Sabine



GYM GENERALE

Gym Infantine - PL

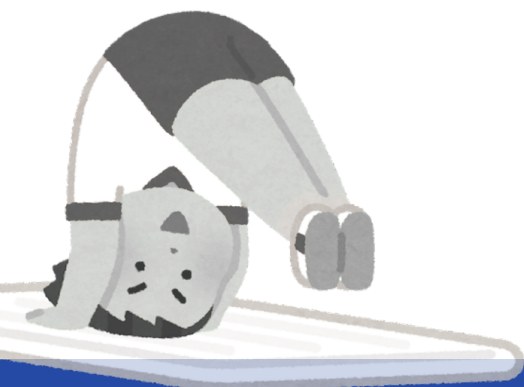
Cette saison a été une année de transition car j'étais la monitrice responsable du cours pour la 2^e fois et je n'étais plus entourée par l'équipe "historique" de moniteurs et aides avec qui j'ai grandi...le défi pour moi a été de commencer à collaborer avec les monitrices provenant du monde des agrès filles: c'était dès le début une très chouette interaction!!! Je remercie de tout cœur: Francine Kaiser, Elisa Giussani et Coralie Adam pour leur patience, disponibilité et compréhension.

Les deux cours se sont très bien passés tout le long de l'année: j'ai eu le plaisir d'accompagner une vingtaine d'enfants par cours. Nous avons préparé et vécu ensemble différentes manifestations:

- le **Mémorial Moret** en fin novembre.
- pendant 3 mois on s'est entraîné à fond pour présenter 2 démos (*Guillaume Tell* et *le Cirque Knie*) lors du **spectacle de la société** en mars.
- la **Journée dans le Terrain** en juin.

On a terminé l'année mi-juin avec un cours à l'extérieur au Parc Chuit avec la participation des parents et un repas festif pour célébrer cette belle saison.

Antonella





GYM GENERALE

Gym Infantile - GL

En début de saison, j'avais 12 enfants, puis après les vacances de Noël seulement 10 sont revenus. C'était donc un petit groupe, mais j'ai pu passer de très bons moments avec chacun d'entre eux, m'intéresser à leur vie, les écouter quand ils souhaitaient me parler, avoir des moments de tendresse. C'est aussi ça qui me plaît. J'ai vu les enfants grandir, se sentir plus en confiance et c'est magique.

Durant l'année, j'aime organiser des cours spéciaux, notamment pour l'escalade où les enfants peuvent venir déguisés. J'organise également deux cours, avant Noël et lors du dernier cours de la saison, avec la participation des parents.



Cette année, les manifestations auxquelles nous avons participé sont le **Mémorial Moret** et la **Journée dans le Terrain**. Deux moments où les enfants ont pu montrer leurs progrès à leurs parents et passer de bons moments.

Pour la saison prochaine, j'en perds 9, dont 7 qui vont aller dans des groupes pour "les grands", et j'en suis ravie.

Je me réjouis de reprendre afin de découvrir les prochains gymnastes en herbe et ainsi partager d'autres moments magiques.



Audrey



GYM GENERALE

Jeunes Gymnastes Filles

Isa est revenue de son congé maternité et a donc repris la responsabilité technique et administrative du cours des jeunes gymnastes petites durant cette année 2024-2025, très bien épaulée par Nathalie. Nous sommes très contentes de la manière dont s'est déroulée cette année. Les élèves étaient adorables et enthousiastes, et nous avons pu compter sur l'aide de deux jeunes aides-monitrices sensationnelles, Eileen et Clara.

Concernant le cours de gym, nous avons eu plus de la moitié des gymnastes qui étaient nouvelles en septembre 2024. L'effectif comptait 21 filles, qui ont apprécié tout au long de l'année des cours très diversifiés: agrès, athlétisme, courses d'obstacles, postes, jeux, etc. Du côté des monitrices, Isa Zakher et Nathalie McCrae ont géré le cours avec l'aide d'Eileen McCrae et Clara Marques, qui ont su nous épauler avec motivation et expertise durant cette année, notamment grâce à leur pratique des agrès (C5).

Durant cette année 2024-2025, nous avons participé à la **journée dans le terrain** le 25 mai au Lignon. Ce fut une journée très chouette, où les filles ont pris énormément de plaisir. De plus, elles ont pu se hisser sur le podium en première et deuxième position de leur catégorie ! Nous avons terminé l'année en beauté le 19 juin, avec un cours qui a accueilli les parents et les frères et sœurs, suivi d'un petit apéro.

Je remercie Nathalie, Eileen et Clara pour leur engagement et leur bonne humeur.

Merci encore à Audrey, Nicole et Sylvia, toujours à l'écoute, pour leur aide et leurs bons conseils. Pour conclure, nous nous réjouissons de reprendre les cours en septembre prochain.



Isabelle



GYM GENERALE

Jeunes Gymnastes Mixtes

Cette année a été riche en découvertes et en apprentissages pour notre groupe de gymnastique générale. Composé d'enfants âgés de 6 à 9 ans, le groupe a évolué dans une ambiance à la fois ludique, bienveillante et dynamique. Les gymnastes ont participé avec enthousiasme aux différentes activités proposées, en alliant plaisir et progression.

Les séances étaient variées et adaptées à leur âge, permettant de développer la coordination, l'esprit d'équipe ainsi que la découverte du corps, des muscles et de leurs capacités motrices.

Activités proposées

Tout au long de l'année, les enfants ont pu découvrir différentes formes de gymnastique et d'activités physiques :

- jeux de balles en équipe
- initiation aux agrès
- initiation au volley, basket, badminton
- initiation aux activités de cirque
- exercices au grand trampoline

Ces activités variées ont permis aux enfants de développer leur motricité globale, leur confiance en eux et leur capacité à travailler en groupe.





GYM GENERALE

Spectacle de fin d'année

Un moment fort de l'année a été la réalisation d'un spectacle au sol, présenté sur une musique de l'anime « Suzume ». Les enfants étaient déguisés en kimono, ce qui a apporté une touche esthétique et originale à la prestation. Ils ont su démontrer leur créativité, leur engagement et les progrès réalisés tout au long de l'année.



Fin de saison

La saison s'est terminée par un goûter convivial, suivi d'une bataille d'eau très appréciée des enfants. Ce moment festif a permis de clôturer l'année dans la bonne humeur et de renforcer les liens au sein du groupe.

Nous remercions chaleureusement les enfants pour leur motivation, ainsi que les parents pour leur confiance et leur soutien tout au long de l'année.

Nous tenons à remercier chaleureusement les moniteurs pour leur engagement, leur disponibilité et leur précieuse implication tout au long de l'année, ainsi que pour l'énergie et la passion qu'ils transmettent aux gymnastes.



Ninotchka



GYM GENERALE

Adultes Mixtes

Cette année encore, pour mon plus grand plaisir, l'effectif de notre groupe de gym mixte c'est agrandi avec l'arrivée de trois dames. Le groupe compte actuellement huit femmes et neuf hommes, parmi lesquels on peut dénombrer trois couples. Il est toujours plaisant de voir des duos partager une activité sportive en commun. C'est d'ailleurs avec une grande satisfaction que je vois s'intégrer au cours des nouvelles personnes suite à une recommandation de celles ou ceux qui le suivent depuis un certain temps. Je les remercie pour la publicité qu'ils me font pour ce cours. Cependant, nous atteignons gentiment le nombre maximum de gymnastes gérables afin de travailler correctement et sereinement. C'est évidemment frustrant de devoir limiter le nombre de participants mais c'est un choix à faire pour nous permettre de garantir la qualité des leçons. Il est vrai que quand tout le monde est présent notre salle de Florimont semble petite et la salle de fitness du Petit-Lancy, je ne vous en parle même pas car en plus de notre groupe nous devons partager cette dernière avec les jeunes du handball.

La fréquentation des cours a été bonne ce qui a permis, aux plus jeunes comme aux plus anciens, de prendre du plaisir à bouger ensemble en faisant du sport dans la bonne ambiance et la joie. Tous sont toujours motivés et ravis de participer aux leçons contribuant ainsi à maintenir la dynamique du groupe.

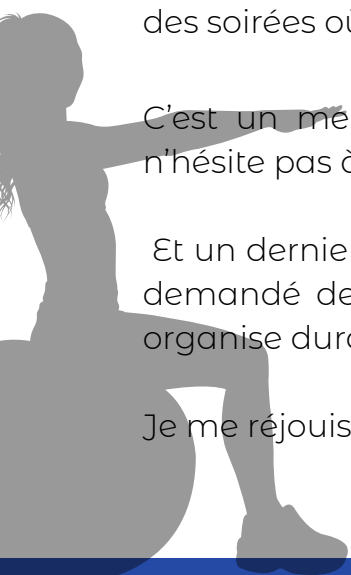
Bravo Mesdames et Messieurs, pour votre bon état d'esprit, votre générosité et votre assiduité lors des séances. Chacun se donne, à son rythme et dans ses limites personnelles, beaucoup de peine lors des exercices physiques soutenus comme lors des soirées où nous faisons des jeux. Félicitations pour votre bel engagement.

C'est un merci très spéciale que j'adresse à Gaby qui, lorsque j'ose la solliciter, n'hésite pas à me remplacer et m'aider lors d'imprévus.

Et un dernier remerciement est adressé à ceux qui ont été présents quand je leur ai demandé de donner un coup de main lors des manifestations que notre société organise durant l'année.

Je me réjouis de vous retrouver toutes et tous la saison prochaine.

Miguel





GYM COMPETITION

Gym & Danse

La saison 2024-2025 de Gym & Danse a été marquée par des moments d'excellence, de détermination et de passion. Nos gymnastes ont brillamment représenté la FSG Lancy lors des diverses compétitions et événements, laissant une empreinte indélébile dans l'histoire de notre club.

STAGE D'ÉTÉ - DERNIÈRE SEMAINE DES VACANCES D'ÉTÉ

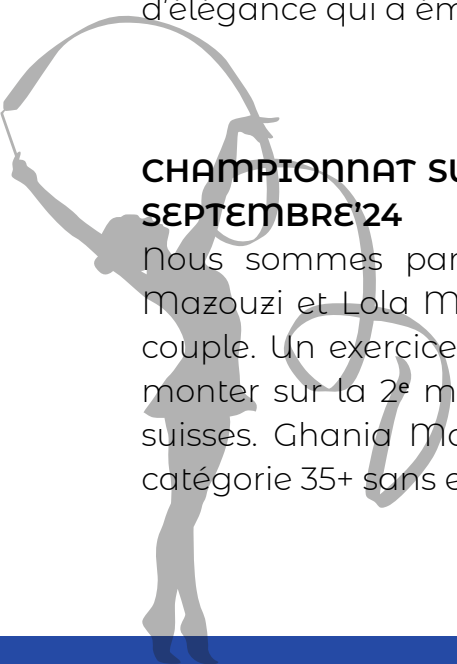
Lors de la dernière semaine des vacances d'été, 25 gymnastes réparties en 3 groupes ont pu perfectionner leurs compétences et renforcer leur cohésion d'équipe en préparation de la saison à venir.

CHAMPIONNAT SUISSE DE SOCIÉTÉS ACTIVES - ZUCHWIL (SO), 6 ET 7 SEPTEMBRE'24

Pour la seconde fois, notre groupe d'Active s'est mesuré à l'élite suisse au Championnat Suisse de Société. Le début de la compétition a été compliqué avec un tapis encore humide de la rosée matinale, les rubans collant au tapis comme aux filles. Nos gymnastes ne se sont pas démontées et ont tout de même réalisé une très belle prestation sous les applaudissements chaleureux du public. Elles remportent une distinction et se placent au 8^e rang. Elles ont poursuivi leur journée de compétition avec leur chorégraphie sans engin; une prestation pleine de grâce, d'élégance qui a ému le public, qui les a placées à la 12^e place.

CHAMPIONNAT SUISSE INDIVIDUELS, COUPLES ET TEAMS - CLARENS (VD), 29 SEPTEMBRE'24

Nous sommes partis en petit comité avec nos Actives catégorie 35+. Ghania Mazouzi et Lola Motzig nous ont fait rêver dans leur chorégraphie sans engin en couple. Un exercice sans faute avec une très belle complicité qui leur a permis de monter sur la 2^e marche du podium et repartir avec le titre de vice-championnes suisses. Ghania Mazouzi a également brillé en montant sur la 3^e place dans la catégorie 35+ sans engin, offrant une magnifique chorégraphie pleine d'émotion.





GYM COMPETITION

CHAMPIONNAT SUISSE SOCIÉTÉS JEUNESSE - SINS & OBERRÜTI (AG), 7 & 8 DÉCEMBRE'24

Cette année, nous avons présenté trois groupes. Les Moyennes ont participé à leur premier championnat suisse. Que d'émotion de voir à chaque fois un nouveau groupe arriver aux Championnats suisses : la relève arrive... Elles se sont présentées en catégorie B avec une chorégraphie sans engin pleine d'énergie qui nous a fait voyager de l'autre côté de la Terre. Elles se placent à une magnifique 8ème place et repartent avec une distinction.

Les Grandes II, entrent cette année en catégorie A. Le saut entre la catégorie B et A n'est pas facile, mais elles ont relevé le défi avec deux très belles chorégraphies. L'exercice au cerceau a été très bien exécuté avec une belle énergie sur une musique rythmée, les plaçant à une magnifique 8^e place. Dans leur nouvel exercice sans engin, elles ont envoûté le public et se sont classées au 11^e rang.

Les Grandes I ont eu la chance de pouvoir participer aux Championnats suisses cette année, ce qui n'était pas gagné. Nous avons dû reconstruire ce groupe en 3 mois, leur participation est déjà une victoire. Lors de leur passage sans engin, avec une nouvelle chorégraphie, elles ont obtenu une distinction et se sont classées 6^e. Leur exercice aux massues a remporté un grand succès, les propulsant à la 2^e place et leur offrant le titre de vice-championnes suisses.

FÊTE DE FIN D'ANNÉE À EN SAUVY - ÉCOLE EN SAUVY - 18 DÉCEMBRE'24

Nous avons organisé une démonstration de fin d'année sur le thème de Noël, réunissant nos 8 groupes et plus de 50 gymnastes dans une ambiance festive, mettant en valeur leur talent et leur travail acharné tout au long de l'année ou leurs premiers pas pour les plus petites.





GYM COMPETITION

Gymotion - Lausanne (VD) - 11 Janvier'25

Cette année, nous avons eu le privilège d'être sélectionnées pour Gymotion, un spectacle d'envergure nationale, habituellement à Zurich. Pour la première fois, l'événement s'est tenu à la Vaudoise Aréna, devant 12'000 spectateurs émerveillés, deux représentations, un show lumières à couper le souffle et de la musique live vibrant dans tout l'espace.

Treize de nos gymnastes ont vécu là une expérience hors du temps, suspendue entre rêve et réalité. Durant des semaines, elles ont répété, surmonté la fatigue, jonglé entre école, entraînements et préparations. Les sacrifices ont été nombreux, mais le résultat était tout simplement... magique !

Entrer dans cette arène, éclairée de mille feux, sentir le souffle chaud du public, et danser sous les projecteurs comme dans un rêve éveillé... C'était bien plus qu'un spectacle : c'était l'accomplissement d'un parcours, d'un travail de fond, d'une passion partagée.

Rien de tout cela n'aurait été possible sans l'engagement sans faille de nos monitrices, le soutien précieux des mamans couturières, la Fédération qui nous a fait confiance et bien sûr notre comité et la Mairie, toujours présents pour soutenir nos ambitions.

Merci à nos gymnastes, nos étoiles de la soirée, qui ont su faire vibrer le public et nous faire rêver, vibrer et frissonner. Vous avez transformé ce moment en un souvenir impérissable, un chapitre inoubliable dans l'histoire de notre groupe.

GYMOTION'25 restera un rêve devenu réalité !





GYM COMPETITION

JOURNÉE GENEVOISE'25 - SALLE OMNISPORT DU PETIT-LANCY - 15 MARS'25

Première compétition du circuit qui s'est déroulée dans nos murs, l'organisation ayant été prise en charge par la commission Gym & Danse. Une très belle manifestation qui s'est très bien déroulée en collaboration avec les 4 sociétés genevoises

Catégorie Jeunesse

1 ^{ère}	Glorielle Mbumba Mbaku	Individuel sans engin
2 ^{ème}	Léa Meruz Pleshkova	Individuel aux massues
1 ^{ère}	Lancy 7	Société sans engin

Catégorie 1

1 ^{ère}	Dieyla Cisse	Individuel sans engin
1 ^{ère}	Mia Fortis & Sofia Zaruba	Couple sans engin
2 ^{ème}	Jasmin Van Driel	Individuel engin non conventionnel
1 ^{ère}	Lancy 5	Société sans engin
2 ^{ème}	Lancy 6	Société aux cerceaux

Catégorie 2

2 ^{ème}	Emilie Bapst	Individuel sans engin
3 ^{ème}	Joella Mbumba Mbaku	Individuel sans engin
1 ^{ère}	Joella Mbuaba Mbaku & Xinyue Hu	Couple aux cerceaux
2 ^{ème}	Beatrice Blanco Chavez, Maya O'Dell & Maïa Widakowich	Team sans engin
2 ^{ème}	Beatrice Blanco Chavez, Maya O'Dell & Maïa Widakowich	Team aux massues
2 ^{ème}	Lancy 3	Société sans engin

Catégorie 3

3 ^{ème}	Ophélie Debossens	Individuel sans engin
1 ^{ère}	Mahora Diserens & Elsa Lopez Alvarez	Couple sans engin
2 ^{ème}	Margaux Peray & Sarah Perito	Couple aux cerceaux
2 ^{ème}	Azalée Bendjeriou, Elina Candia, Margaux Peray & Sarah Perito	Team sans engin
2 ^{ème}	Ophélie Debossens, Mahora Diserens & Elsa Lopez Alvarez	Team aux ballons
2 ^{ème}	Lancy 1	Société sans engin
1 ^{ère}	Lancy 2	Société aux massues





GYM COMPETITION

FÊTE DE LANCY - SALLE OMNISPORT DU PETIT-LANCY - 22 MARS'25

La Fête de Lancy a été un moment fort réunissant tous les groupes de gymnastique au sein de la FSG Lancy. C'est toujours un plaisir de partager cette journée et soirée avec l'ensemble de la grande famille gymnique de notre société.

Dans une ambiance conviviale, festive et pleine d'énergie, tous nos groupes, de nos plus jeunes gymnastes de 4 ans aux jeunes femmes de 19 ans, ont eu l'occasion de monter sur scène et de présenter leurs démonstrations, fruit de leur travail tout au long de l'année.

La Fête de Lancy est bien plus qu'un événement : c'est un instant de regroupement, de reconnaissance et de partage où toutes les générations se croisent, se soutiennent et célèbrent ensemble leur amour de la gymnastique.





GYM COMPETITION

CHAMPIONNATS GENEVOIS - VEYRIER - LES 18 & 19 MAI'25

Ce week-end de compétition a été marqué par l'enthousiasme et l'excellence de nos jeunes athlètes. Toutes nos gymnastes ont réalisé des performances remarquables, témoignant de leur dévouement et de leur talent. Un grand bravo à toutes nos gymnastes pour leur magnifique travail.

Résultats de cette manifestation :

Catégorie Jeunesse

1ère	Glorielle Mbumba Mbaku	Individuel sans engin
2ème	Léa Meruz Pleshkova	Individuel aux massues
1ère	Mia Barbano & Mai-Lan Perraudin	Couple sans engin
1ère	Lancy 7	Société sans engin

Catégorie 1

1ère	Dieyla Cisse	Individuel sans engin
1ère	Mia Fortis & Sofia Zaruba	Couple sans engin
2ème	Jasmin Van Driel	Individuel engin non conventionnel
1ère	Lancy 5	Société sans engin

Catégorie 2

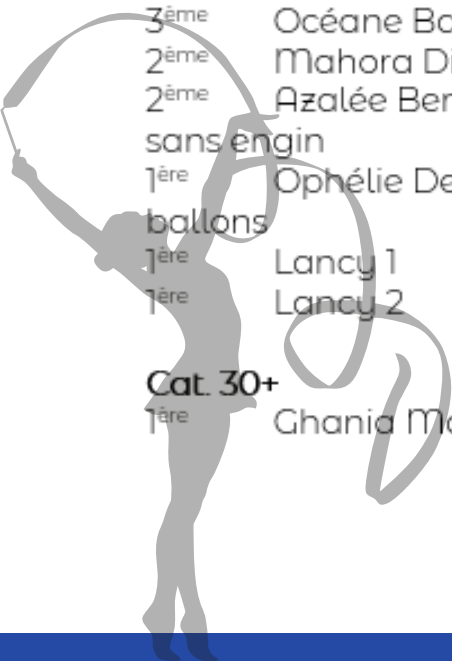
2ème	Maya O'Dell & Maïa Widakowich	Couple sans engin
2ème	Joella Mbumba Mbaku & Xinyue Hu	Couple aux cerceaux
2ème	Lancy 3	Société sans engin

Catégorie 3

3ème	Océane Bapst	Individuel aux massues
2ème	Mahora Diserens & Elsa Lopez Alvarez	Couple sans engin
2ème	Azalée Bendjeriou, Elina Candia, Margaux Peray & Sarah Perito	Team sans engin
1ère	Ophélie Debossens, Mahora Diserens & Elsa Lopez Alvarez	Team aux ballons
1ère	Lancy 1	Société sans engin
1ère	Lancy 2	Société aux massues

Cat. 30+

1ère	Ghania Mazouzi	Individuel au cerceau
------	----------------	-----------------------





GYM COMPETITION

FÊTE FÉDÉRALE - LAUSANNE (VD) - 12 AU 22 JUIN'25

La Fête Fédérale de gymnastique, événement national d'envergure organisé tous les six ans, s'est déroulée cette année en Suisse romande, à Lausanne. Notre groupe Gym & Danse a participé avec enthousiasme à cinq journées de compétition, en présentant plusieurs gymnastes en individuel, des équipes ainsi qu'un groupe de mamans, une première pleine d'émotion et de fierté !

Jeudi 12 juin 2025

La journée débute dès 6h30 avec les prestations individuelles.

- Océane Bapst ouvre la journée avec une très belle prestation aux massues.
- Ghania Mazouzi impressionne au cerceau et décroche sa qualification pour les Championnats Suisses ICT 2025.
- Ophélie Debossens, en catégorie sans engin, réalise une performance quasi parfaite, couronnée par une distinction.
- L'après-midi, notre team sans engin composée d'Azalée, Elina, Margaux et Sarah, séduit autant le public que les juges. Elle termine 7ème et obtient une distinction ainsi qu'un ticket pour les Championnats Suisses.

Vendredi 13 juin 2025

- La team avec engin (ballons) composée d'Elsa, Mahora et Ophélie, entre en scène dès l'aube. Leur performance pleine de surprises leur vaut la 4ème place, une distinction et une qualification pour les Championnats Suisses.

Samedi 14 juin 2025

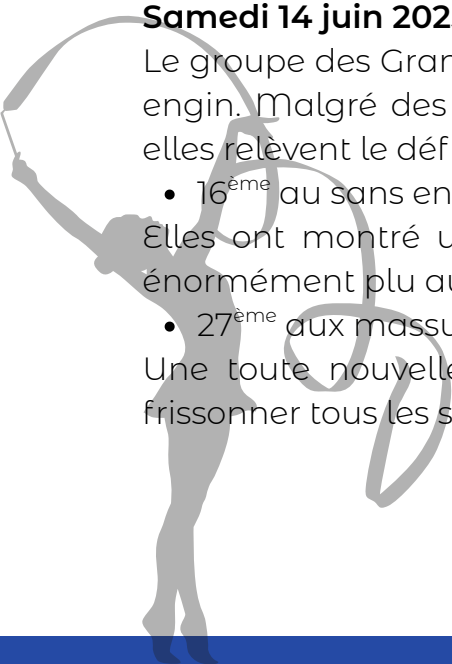
Le groupe des Grandes présente deux chorégraphies : une aux massues et une sans engin. Malgré des blessures ayant nécessité des ajustements de dernière minute, elles relèvent le défi avec brio :

- 16^{ème} au sans engin

Elles ont montré une magnifique prestation très expressive et dynamique qui a énormément plu au public et juges.

- 27^{ème} aux massues F

Une toute nouvelle chorégraphie très théâtrale qui raconte une histoire à faire frissonner tous les spectateurs.





GYM COMPETITION

Dans une catégorie, la FSG a décidé de faire un regroupement avec d'autres disciplines telles que l'aérobic en sachant que le système de jugement n'est pas le même...

Face à 85 groupes en lice, leur prestation reste remarquable. Bravo, Mesdemoiselles !

Vendredi 20 juin 2025

Les actives concourent dans une catégorie combinant passages avec et sans engin, face à 73 groupes.

· Leur prestation aux massues leur vaut une 12ème place et une sélection pour le Festival del Sole 2026 en Italie.

· Leur chorégraphie sans engin, à la fois expressive et maîtrisée, émeut le public et les propulse à la 4e place, juste au pied du podium.

Samedi 21 juin 2025

"Le pari de la Gym & Danse" : Les Mamans

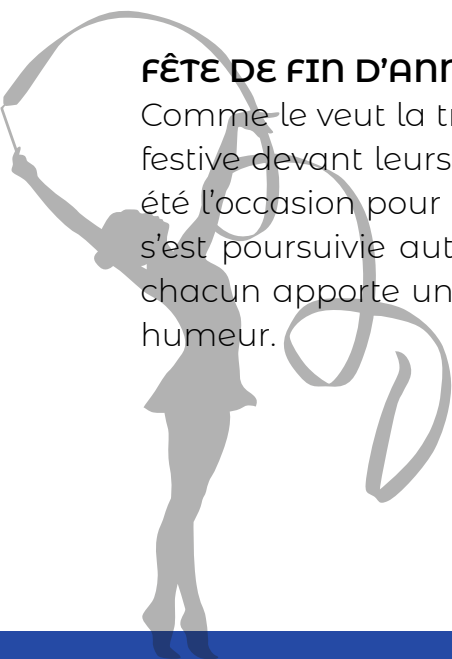
Moment fort et unique : les mamans de nos gymnastes montent sur scène !

Sans expérience préalable en gymnastique, elles ont relevé un pari audacieux et plein d'émotion. Un immense bravo à Ana, Claudia, Claudine, Laurence, Marie-Thérèse, Sandra et Vanessa, qui ont fait preuve d'un courage et d'une énergie admirables.

Mesdames, vous avez été incroyables et vous nous avez offert une prestation pleine de cœur, de joie et de fierté.

FÊTE DE FIN D'ANNÉE - ÉCOLE EN SAUVY - 25 JUIN'25

Comme le veut la tradition, nous avons terminé notre saison par une démonstration festive devant leurs familles. Cette soirée pleine de sourires et d'applaudissements a été l'occasion pour chacune de briller une dernière fois avant les vacances. La soirée s'est poursuivie autour de notre buffet canadien, moment de partage convivial où chacun apporte un plat à savourer. Une belle façon de clore l'année dans la bonne humeur.





GYM COMPETITION

REMERCIEMENTS

Alors que s'achève cette magnifique saison 2024-2025, riche en émotions, en défis relevés et en réussites partagées, il est temps d'exprimer notre profond remerciement à toutes celles et ceux qui rendent cette aventure possible.

Avant tout, merci à nos gymnastes, pour leur passion, leur engagement et leur persévérance elles sont le cœur battant de Gym & Danse. Elles nous ont émerveillés tout au long de l'année, en portant haut les couleurs de la FSG Lancy. Leur énergie, leurs sourires et leur esprit d'équipe nous rappellent chaque jour pourquoi nous faisons ce que nous faisons.

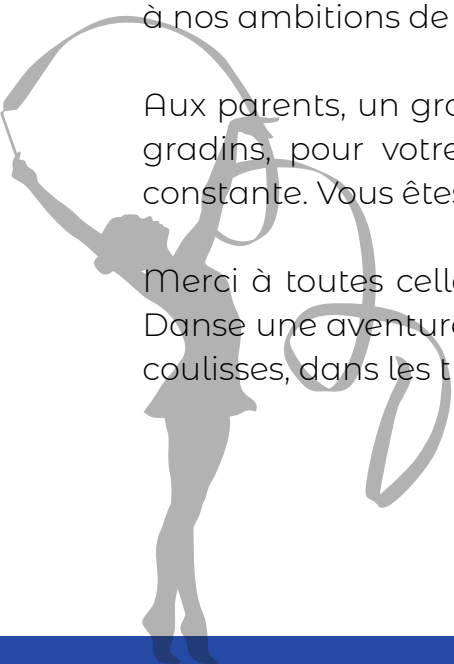
A nos monitrices, un immense merci pour votre patience, votre bienveillance, votre créativité et votre disponibilité, elles sont les fondations de nos succès. Grâce à vous, chaque entraînement devient un moment d'apprentissage, de dépassement et de partage. Vous êtes la colonne vertébrale de notre groupe.

A la Ville de Lancy, qui met à notre disposition les infrastructures nécessaires, nous permettant d'évoluer dans les meilleures conditions possibles. Votre soutien logistique est essentiel à notre bon fonctionnement et nous vous en sommes reconnaissants.

À notre comité, merci d'être toujours présent, toujours prêt à relever les manches. Votre implication discrète mais essentielle permet à nos projets de se concrétiser et à nos ambitions de prendre vie.

Aux parents, un grand merci pour votre confiance pour les encouragements sur les gradins, pour votre aide lors des manifestations, et surtout pour votre présence constante. Vous êtes un véritable moteur pour notre groupe.

Merci à toutes celles et ceux qui, de près ou de loin, contribuent à faire de Gym & Danse une aventure humaine, artistique et sportive unique. Que ce soit sur scène, en coulisses, dans les tribunes ou dans l'ombre, votre soutien compte plus que jamais.





GYM COMPETITION

NOTRE HOMMAGE À NICOLE

Cette saison marque un tournant important pour notre groupe Gym & Danse, avec le départ d'une figure centrale : Nicole, notre responsable durant de nombreuses années.

À travers son engagement sans faille, son écoute, sa disponibilité et sa passion, elle a su guider notre groupe avec cœur, rigueur et bienveillance.

Nicole a été bien plus qu'une responsable : un pilier, une source d'inspiration, une force tranquille toujours présente dans les moments forts comme dans les instants plus discrets de la vie du club. Grâce à elle, Gym & Danse a évolué, grandi, et s'est affirmé comme un groupe soudé, ambitieux et chaleureux.

Si elle passe aujourd'hui le flambeau au sein de Gym & Danse, nous avons la joie et la fierté de la voir endosser un nouveau rôle, tout aussi important : celui de Présidente de la FSG Lancy. Une transition naturelle, tant son investissement pour la société est grand et reconnu de tous.

Chère Nicole, du fond du cœur, merci pour toutes ces années de dévouement, de travail dans l'ombre, de présence fidèle. Nous te souhaitons plein succès dans cette nouvelle fonction. Et surtout, ne sois jamais bien loin de nous : tu restes et resteras toujours une partie essentielle de notre groupe Gym & Danse.



Virginie



GYM COMPETITION

Agrès Filles - Petites et Moyennes

La saison gymnique 2024-2025 s'achève en beauté, laissant derrière elle des souvenirs inoubliables et des résultats parmi les plus marquants depuis qu'Elisa et Aurélie ont repris la responsabilité du groupe agrès.

UNE RENTRÉE PROGRESSIVE ET UN GROUPE RENOUVELÉ

Le début de saison s'est déroulé comme à son habitude, avec une reprise tout en douceur : travail de renforcement musculaire, développement de la souplesse, et réappropriation des engins. Dès janvier, le rythme s'est intensifié avec une pratique plus rigoureuse des agrès. L'équipe a accueilli six nouvelles gymnastes qui ont rapidement trouvé leur place au sein du groupe.

UNE MAGNIFIQUE SAISON DE COMPÉTITIONS

1. Bonne Franquette

Le coup d'envoi a été donné avec le traditionnel concours de la **Bonne Franquette**, sous le thème "Disney". Grâce à l'investissement sans relâche des monitrices, des gymnastes et de nombreuses heures de bricolage fait main, notre équipe a remporté le **Masque d'Or** dans la catégorie des petites. Un immense merci à toutes les monitrices qui ont contribué à cette réussite : sans elles, rien de tout cela n'aurait été possible.

Les résultats individuels ont également été très encourageants :

- Catégorie 1 : 2^e place pour Jade et trois distinctions.
- Catégorie 2 : 2^e place pour Astrid, 3^e pour Océane.
- Catégorie 3 : 1^{re} place pour Kaelys, 2^e pour Pénélope.
- Catégorie 4 : 1^{re} place pour Julie.

2. Concours de printemps – Objectif : passage de catégorie

Les gymnastes ont confirmé leur progression avec de très bons résultats :

- En catégorie 1, **Jade** décroche la 1^{re} place.
- En catégorie 2, **Astrid** termine 1^{re}, suivie de **Yasmine**, 2^e.
- En catégorie 4, **Julie** obtient une belle 2^e place.





GYM COMPETITION

3. Le Challenge – Une performance historique

Le week-end du 12 et 13 avril, nos gymnastes ont réalisé une prestation d'ensemble exceptionnelle au concours du Challenge. Sur le **plan par équipe**, la FSG Lancy s'est démarquée en remportant **toutes les premières places** dans les quatre catégories (C1, C2, C3 et C4), ainsi qu'une **deuxième place supplémentaire en catégorie C2**.

- C1 – 1^{re} place : Jade, Nelly, Rajana, Gloria, Léonore
- C2 – 1^{re} place : Astrid, Olivia, Laure, Apolline, Yasmine
- C2 – 2^e place : Océane, Veronica, Shaya, Mégane, Soraya
- C3 – 1^{re} place : Pénélope, Thalia, Adama, Victoria, Kaelys
- C4 – 1^{re} place : Sonila, Julie, Ambre, Callie, Léa

Leur talent, leur rigueur et leur solidarité ont brillé, suscitant l'admiration du public et du club.

En **individuel**, les gymnastes de Lancy se sont également illustrées avec des podiums dans **chaque catégorie** : 1^{re} et 2^e place en C1, 1^{re} et 3^e en C2, 1^{re} en C3, et 2^e et 3^e en C4.

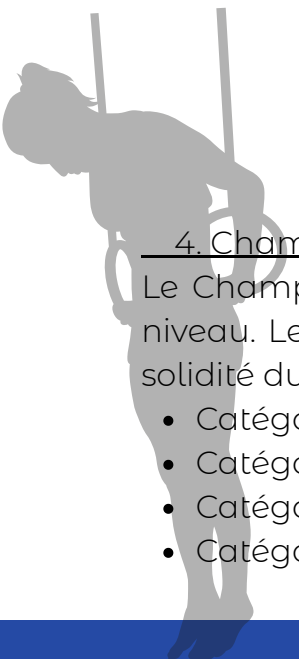
Un palmarès impressionnant : 27 médailles pour 32 gymnastes



4. Championnat Genevois

Le Championnat Genevois a été l'occasion pour nos gymnastes de confirmer leur niveau. Le club a été largement représenté sur les podiums, ce qui témoigne de la solidité du travail accompli tout au long de la saison.

- Catégorie 1 : 🥇 Jade 🥈 Nelly
- Catégorie 2 : 🥇 Astrid 🥈 Océane 🥉 Yasmine – 4^e Olivia – 5^e Veronica
- Catégorie 3 : 🥇 Kaelys 🥈 Pénélope – 4^e Jenna – 6^e Victoria
- Catégorie 4 : 🥇 Julie 🥈 Ambre – 4^e Sonila – 7^e Callie





GYM COMPETITION

LE SPECTACLE – UN MOMENT FORT DE L'ANNÉE

En parallèle des concours, une grande partie des entraînements entre octobre et mars a été consacrée à la préparation du **spectacle du 22 mars**. Cette représentation a permis aux gymnastes de s'exprimer dans un autre cadre, plus créatif, et a été très bien accueillie par le public.

Nous remercions chaleureusement Chloé, Andreia, Coralie et Eva pour le temps et l'énergie consacrés à la mise en place du tour, ainsi que tous les bénévoles présents le jour-J pour leur aide précieuse.

CLÔTURE D'UNE SAISON EXCEPTIONNELLE

Félicitations à toutes les gymnastes et monitrices pour cette magnifique saison. La FSG Lancy est fière de vous !

Elisa & Aurélie





GYM COMPETITION

Agrès Filles -Grandes

La saison 2024-2025 a une nouvelle fois été riche en belles performances et en progression pour nos gymnastes des grandes catégories. Leur motivation et leur travail tout au long de l'année sont à saluer.

CHAMPIONNATS SUISSES (NOVEMBRE 2024) :

Plusieurs gymnastes de Lancy qualifiées dans toutes les équipes genevoises représentées. Toutefois, Genève ne s'est pas particulièrement démarqué cette année.

BONNE FRANQUETTE (FÉVRIER 2025) :

- C6 : 3e Andreia Limpo
- C7 : 1ère Isaline Grunder, 3e Noémy Gigliotti

CONCOURS DE PRINTEMPS (MARS 2025) :

- C6 : 3e Emilie Mandscheff
- C7 : 1ère Isaline Grunder, 2e Noémy Gigliotti

CHALLENGE DE GENÈVE (AVRIL 2025) :

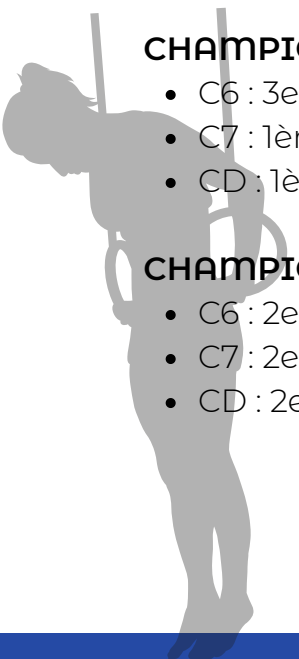
- C6 : 3e Andreia Limpo
- C7 : 1ère Isaline Grunder, 2e Noémy Gigliotti
- CD : 3e Coralie Adam
- Classement par équipe : équipes de Lancy en 1ère place

CHAMPIONNAT GENEVOIS (MAI 2025) :

- C6 : 3e Emilie Mandscheff
- C7 : 1ère Isaline Grunder, 2e Noémy Gigliotti
- CD : 1ère Coralie Adam

CHAMPIONNAT NEUCHÂTELOIS (MAI 2025) :

- C6 : 2e Emilie Mandscheff (classement invités)
- C7 : 2e Noémy Gigliotti, 3e Isaline Grunder (classement invités)
- CD : 2e Elisa Giussani (classement invités)





GYM COMPETITION

FÊTE FÉDÉRALE DE GYMNASTIQUE (JUN 2025, LAUSANNE) :

Une belle expérience collective qui a permis à nos gymnastes de partager des moments forts et de représenter dignement notre société lors de cette manifestation d'envergure.

CONCLUSION & REMERCIEMENTS

Une fois encore, nos gymnastes se sont distinguées par leur engagement et leurs résultats tout au long de la saison. La progression continue dans toutes les catégories est le reflet du travail sérieux des filles et de leurs entraîneurs.

Nous tenons à adresser un grand merci à toutes les gymnastes qui, au-delà de leurs performances, ont montré énormément d'entraide et de bienveillance les unes envers les autres, particulièrement lors de cette saison. Cet esprit d'équipe et cette complicité font la force de notre groupe.

Un immense bravo à toutes pour vos résultats et un chaleureux merci aux coachs pour leur investissement sans faille.

Avec fierté et reconnaissance,

Sarah





GYM COMPETITION

Agrès Garçons - Petits & Moyens

Cette année a été marquée par une belle dynamique au sein de notre groupe de gymnastique, avec de nombreux progrès, une excellente ambiance et plusieurs résultats remarquables en compétition. Les enfants, âgés de 6 à 14 ans, se sont impliqués avec sérieux tout en gardant le plaisir de pratiquer la gymnastique.

Les entraînements ont lieu chaque lundi et jeudi de 18h00 à 20h00. Au fil des séances, nous travaillons la coordination, l'esprit d'équipe, la force et la souplesse, afin de développer des bases solides et une progression harmonieuse pour chaque gymnaste.

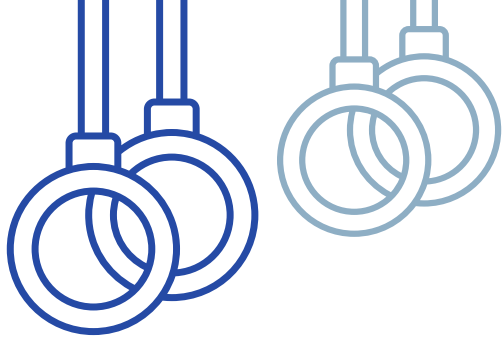
Travail aux engins

Tout au long de l'année, nous avons travaillé sur cinq engins principaux :

- anneaux
- saut
- reck
- sol
- barres parallèles

Ces engins permettent aux enfants d'améliorer à la fois leur technique, leur contrôle du corps et leur confiance.





GYM COMPETITION

Résultats de l'année

Concours de printemps

- C1 : 3e place – Albert Luca
- C2 : 2e place – Grosbety Elio
- C2 : 3e place – Huguenin Mateo
- C3 : 1re place – Ozazman Benjamin
- C3 : 2e place – Philippe Roman

Challenge

- C1 : 3e place – Albert Luca
- C2 : 3e place – Perruchoud Timothée
- C3 : 1re place – Ozazman Benjamin
- C3 : 3e place – Philippe Roman

Championnat genevois

- C1 : 3e place – Pacot Theo
- C2 : 3e place – Longagna Yannis
- C3 : 2e place – Ozazman Benjamin
- C3 : 3e place – Philippe Roman

Ces résultats reflètent l'investissement des gymnastes, la régularité aux entraînements et le soutien des moniteurs et des parents.





GYM COMPETITION

Fête fédérale à Lausanne

Un temps fort de la saison a été la participation à la Fête fédérale de gymnastique à Lausanne avec les enfants. Ce déplacement a permis au groupe de vivre une expérience unique, de renforcer les liens entre gymnastes et de représenter fièrement notre société dans un cadre festif et motivant.



Fin de saison

Comme chaque année, nous avons clôturé la saison par un barbecue convivial, suivi d'une bataille d'eau très appréciée des enfants. Ce moment de partage permet de terminer l'année dans la bonne humeur et de remercier chacun pour son engagement.

Nous tenons à remercier chaleureusement tous les gymnastes, les moniteurs, les parents et la société pour leur soutien tout au long de l'année, et à féliciter les gymnastes pour leurs progrès ainsi que pour leur implication.

Ninotchka



GYM COMPETITION

Actifs - Mixtes

Cette saison 2024-2025 a été une année particulière : dès le départ, le contexte a été un peu chamboulé par la perspective de la Fête fédérale de Gymnastique à Lausanne qui a modifié nos habitudes, nos priorités, et en partie notre organisation.

Lors de la Fête Romande de l'année passée, déjà, nous avons ajusté l'organisation des cours. Mais pour cette saison 2025, le contexte a rendu ces ajustements encore plus nécessaires. Concrètement, nous nous sommes rendu compte qu'il n'y avait plus assez de gymnastes garçons dans les catégories C3-C4 pour former un groupe complet. Plutôt que de laisser ce créneau vide ou sous-utilisé, nous avons décidé d'en profiter intelligemment : nous y avons placé le cours "individuel actif".

Ce choix nous a permis de libérer un créneau de deux heures pleines pour le cours de société le jeudi. Grâce à cette flexibilité, nous avons réussi à proposer un volume d'entraînement intéressant, tout en maintenant la structure et la régularité des cours.

Durant toute la saison, j'ai assuré le coaching pour deux cours : le cours "individuel actif" les lundis et jeudis, et le cours "société" le jeudi. Le jeudi, nous alternions chaque semaine entre un entraînement pour la production aux anneaux, créée par moi, et un entraînement pour la production aux barres parallèles, créée par Thibault Brüttsch. Nous avons également pu compter sur les renforts de Noemy et Isaline, du groupe de Sara, ainsi que de Laure, Solène et Maëlle de Perly pour compléter les effectifs aux anneaux.





GYM COMPETITION

Il faudrait encore mentionner l'un des piliers de la saison : le cours de société au sol, coaché par Cédric Odier, Quentin Chuit et Laura Margari. Leur trio a réussi à maintenir une très belle dynamique tout au long de l'année. C'était la dernière fois que Cédric et Quentin coachaient le société au sol et ils ont passé le flambeau à Damien Roch, Noemy Giglioti, Isaline Grunder et Thibault Brütsch. Laura reste dans l'équipe également. Un grand merci à eux de la part de tout le groupe pour ces 6 dernières années et on se réjouit de continuer aux côtés des nouveaux coaches !

Parallèlement, le cours "actif individuels compétition" se déroulait les mardis, sous la responsabilité de Damien Roch et Thibault Brütsch. Les actifs garçons ont participé à tous les concours habituels en 2024-2025 : Concours de Printemps, Challenge Genève, Championnat Genevois. Ces participations témoignent du sérieux de l'engagement de nos gymnastes et de la volonté de maintenir un lien avec la compétition, même dans un contexte où la gym en société prenait plus de place. Pour clôturer la saison, Damien et Clément ont représenté Genève aux Championnats Suisses en octobre.



Baptiste



SPORT ELITE

Gym artistique

Reprise de la saison pour les gymnastes des centres de performance (Valériia, Elise, Zoé, Aris, Tom, Léon, Thomas et Konstantin) le 29 juillet 2024 par un stage à Fréjus.

Puis, suite des entraînements à la salle AGG avec les groupes compétition GAM et GAF (Mathias, Diego, Maxim, Lorena, Leila Emilie, Prune, Leila et Léana), le groupe formation (Théo), le groupe poussin (Adrian et Théo), le groupe poussines (Mia et Liya) et le groupe démo (Inès, Victoire, Olivia, Gabriella, Sandrine, Jessica, Elisa, Aalya et Apolline) jusqu'à la reprise scolaire.



La première échéance arrive très tôt dans la saison. En effet, le Championnat Suisse par Equipes a lieu les 21 et 22 septembre 2024 à Liestal.

L'équipe des garçons avec Diego, se classe 3ème en ligue B.



L'équipe des filles avec Valériia se classe aussi à la 3ème place en ligue B.

Début octobre 2024, nous accueillons Mélissande, une gymnaste de 23 ans, qui a été formée en France et qui arrive d'Italie. Elle s'installe à Gland pour le travail et vient s'entraîner à la salle AGG.





SPORT ELITE

Le 10 novembre, 4 gymnastes du groupe compétition GAF participent à leur premier stage Romand à la salle AGG. Cela leur permet de découvrir comment s'entraînent les gymnastes des autres cantons.

Les 16 et 17 novembre ont lieu les tests FSG GAM pour Aris, Konstantin et Léon. Aris se classe brillamment 1er chez les 10 ans et Konstantin 31ème. Léon prend la 16ème place chez les 11 ans.

Le 1er décembre, c'est au tour des licenciées lancéennes de la catégorie Open de se retrouver pour leur stage romand. Elles ont eu beaucoup de plaisir à recevoir plein de conseils pour la suite de la saison.



Le 18 janvier 2025 à lieu notre Fête d'Hiver

Tous les groupes présentent une démonstration et les petits de l'Eveil évoluent sur un parcours pour la plus grande joie des familles venues les applaudir.

Fin Janvier 2025, les juges GA de Lancy (Franca, Sara, Fabienne, Anaïs, Sophie et Perrine) se rendent à Macolin afin de suivre le cours de présentation du nouveau programme de compétition, puis Franca suivra la formation pour le brevet national début mars avec succès. Sophie est toujours juge FIG, niveau 3.

Le 22 mars, première compétition pour les Lancéens, la Journée Genevoise.

Le 23 mars, entrée en lice des gymnastes des groupes loisirs pour le passage de niveau ou leur concours libre.

Tous les résultats sont visibles sur notre site : www.genevegymnastiqueartistique.ch

Les garçons se retrouvent le 5 avril pour la 14ème édition de l'EGAG Cup. 6 lancéens participent dans diverses catégories.





SPORT ELITE

Les 12 et 13 avril a lieu le Championnat Genevois avec la présence de gymnastes de toute la Romandie.

Les Lancéens ont glanés 7 places sur les podiums, chacun dans sa catégorie.



Les petites des 2017 se sont rendues à **Neuchâtel le 27 avril.**

- Zoé termine 4ème et Elise 12ème.

Les 3 et 4 mai, direction Puidoux.

- En P1 participation de Leyla, Leila et Léana.
- En Open 2ème place de Sandrine et 4ème place pour Prune.

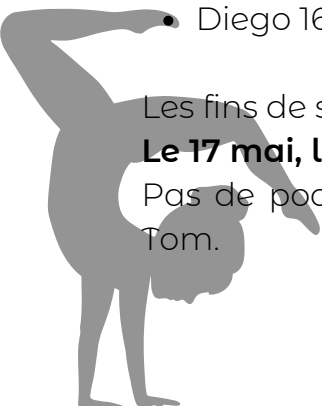
Pour la GAM, direction Liestal le 10 mai.

- Théo se classe 25ème en P1.
- Aris 3ème et Konstantin 30ème en P2.
- Léon 14ème en P3.
- Tom 18ème en P4.
- Diego 16ème en P6J.

Les fins de semaines se ressemblent terriblement en période de concours.

Le 17 mai, les garçons sont à Winterthur.

Pas de podium cette fois, mais bonnes performances de Aris, Konstantin, Léon et Tom.





SPORT ELITE

Les filles se retrouvent à Lenzbourg les 17 et 18 mai pour la 1ère sélective des championnats suisses juniors.

En P1, Zoé se classe 17ème et Léana 75ème.

En P6, Mélissande est 1ère et Valériia 2ème.

Le 24 mai, Théo se rend à Mels et termine 14^{ème} en P1.

Les filles participent à la 2^{ème} sélective organisée à Genève les 24 et 25 mai.

Zoé est 12^{ème}, Leila 59^{ème} et Léana 66^{ème} en P1.

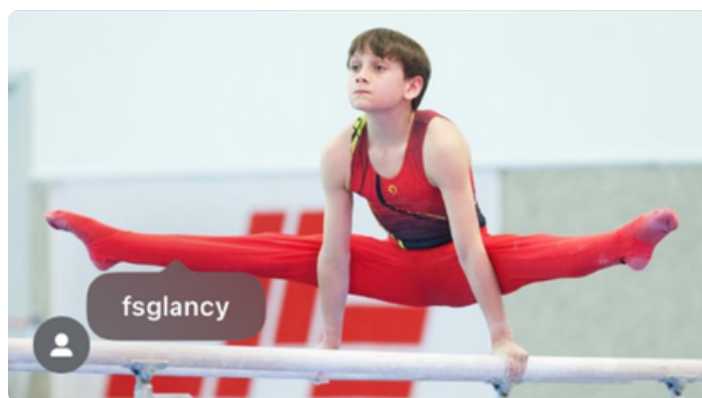
Fin mai, début juin, les garçons sont à Rüti pour le Championnat Suisse Junior.

En P1, Théo est 20^{ème} et se qualifie pour la Fête Fédérale.

En P2, ci-contre Aris rate de très peu le podium, il est 4ème et aussi qualifié pour la FFG.

En P3, Léon est 16ème.

En P4, Tom est 17ème et qualifié pour la FFG.



Les 7 et 8 juin, Macolin accueille le Championnat Suisse Junior des filles.

En P1, Zoé est 11ème et qualifiée pour la FFG, elle termine 3ème par équipes avec Soleil.

Le clou de la saison est la Fête Fédérale de Lausanne les 14 et 15 juin.

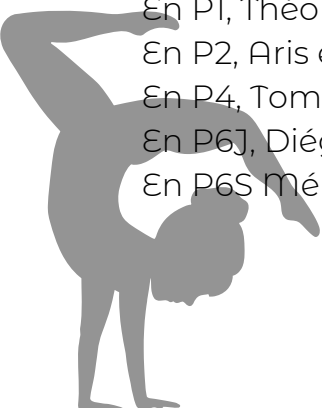
En P1, Théo est 24ème / Zoé est 13 -ème.

En P2, Aris est 5ème.

En P4, Tom est 14ème.

En P6J, Diégo est 16ème.

En P6S Mélissande est 5ème et Valériia 6ème.





SPORT ELITE

La FFG compte aussi comme Championnat Suisse pour les P6A.

1^{ère} place pour Mélissande et 2^{ème} place pour Valeriia - en photo ci-contre
Elles ont porté haut les couleurs lancéennes et genevoises.
Bravo à elles.

Pour clore cette saison, les petits (2019-2020) de l'Eveil ont été évalués sur un parcours par des smiley.



Tout le monde est reparti avec une médaille autour du cou et un grand sourire sur leur visage.

Un grand merci à tous les entraîneurs (Frédéric, Fabio, Yann, Léo, Magali, Valérie, Perrine, Charlotte, Sophie, Carole, Sara, Anaïs, Katarina, Anastasiia) pour toutes les heures données en salle.

Bonne continuation à toutes et tous. Sportivement FC et FM

Franca





AUTRES DISCIPLINES

Volley

Cette saison, nos équipes mixte ont évolué en championnat relax, groupe C et E. L'objectif plus ou moins fixé était le maintien dans ces groupes, avec l'idée d'avoir un maximum de plaisir à jouer.

Nous avons compté 15 joueuses et joueurs, dont 3 nouveaux. Côté départ, Mélanie, restée 5 années parmi nous a décidé en cours d'année de nous quitter pour des raisons personnelles. Quant à notre ancien central, Ludovic, qui s'était mis en retrait cette saison nous a donné quelques entraînements techniques très appréciés par toute l'équipe. Merci à lui!

L'assiduité des équipes a été globalement bonne tout au long de l'année, même si notre petit effectif nous a empêché (dans de rares cas) de maintenir l'entraînement.

Un peu tardivement, nous avons mêlés nos forces entre les deux équipes lors de certains entraînements, ce qui a été une très bonne expérience.

Notre participation au tournoi de la fête fédérale de gymnastique à Lausanne a été particulièrement appréciée par les participants. Merci au club pour cette belle opportunité! L'équipe est motivée à continuer à participer à ce type d'événement. En outre, une délicieuse raclette a été organisée pour la fin d'année 2024. Merci à Sandrine pour ce régal valaisan!

Le bilan de cette saison est positif: les joueuses et joueurs ont eu du beaucoup de plaisir aux entraînements et aux matches, et souhaitent rempiler pour la saison prochaine. Et surtout: nous terminons 5èmes du groupe C et deuxième du groupe E, ce qui nous garantis nos maintiens respectifs.

Les équipes souhaitent remercier tout particulièrement Madeleine pour son soutien indéfectible aux matches « à la maison », et qui nous a beaucoup aidé avec le marquage. Sachant que c'était sa dernière saison parmi nous, nous garderons un précieux souvenir de ces bons moments partagés avec elle.

Un grand merci aussi à Miguel, qui a arbitré presque tous nos matches! Et merci à Fred, qui est venu parfois pour arbitrer ou pour compléter l'effectif lors de matches. Grâce à eux trois, notre organisation a été grandement simplifiée et fluidifiée. Encore merci!

Concernant la saison prochaine, quelques incertitudes sur les emplois du temps de certains joueurs, ainsi que le manque de joueuses nous amène à recruter des anciennes ou nouvelles têtes pour la saison suivante. Toutefois, nous garderons certainement les mêmes objectifs: du plaisir, un bel esprit d'équipe et... des victoires!



Auriana