



### SPECTACLE DE LA GYM

Comme chaque année, en décembre, nous avons monté de toutes pièces avec nos nombreux gymnastes un spectacle de 17 numéros tous plus époustoufflants les uns que les autres! Cette année avec le thème "Les danses du monde" nous on avons encore pris plein les yeux: " Les costumes, les numéros et les idées sont chaque année plus incroyables et plus réussis! ", "ça bouge, c'est vivant, on sent bien la cohésion de cette société !" voilà quelques commentaires qu'on pouvait entendre en passant entre les tables du repas préparé avec grand soin par notre équipe cuisine après le spectacle. La soirée s'est terminée tard dans la nuit et la deuxième représentation a commencé elle, bien à l'heure malgré quelques yeux plus fatigués que la veille.... ;)

Un très grand MERCI à tous nos gymnastes, moniteurs, bénévoles, à notre équipe cuisine et cantine et à toutes les personnes qui ont donné de leur temps et de leur énergie pour que tout se passe à merveille!! Vivement l'année prochaine et... vive la FSG Versoix ! :)!

Elodie & Manon



## CHAMPIONNATS SUISSES AGRES

Cette année, on a eu le plaisir, avec Elodie et Manon, d'être qualifiées aux championnats suisses de gymnastique agrès par équipe !

C'est alors avec notre fan club (Jenna, Aline, Thaïs, Lara, les coachs et les parents) qu'on s'est rendu à Berne le 30 octobre dernier pour défendre les couleurs de Genève (et de Versoix bien sûr !)

Ce sont d'abord nous, les C7, qui avons ouvert les hostilités. On commença au saut où je réussis à gratter un 9,25, me permettant d'être au taquet pour le reste du concours ! Les autres engins se sont aussi bien passés et, malgré des juges



sévères et un petit raté aux anneaux, je finis satisfaite avec 34,00 points. Ensuite, c'est Elodie et Manon, en catégorie Dames, qui se sont lancées dans leurs premiers championnats suisses. Elles étaient toutes deux heureuses de vivre cette expérience et se sont données à fond pour le concours ! Au final, de bons résultats et de la bonne humeur.

Et pour finir, les résultats ! La cérémonie était comme d'habitude extraordinaire ! Des spots lumineux, des confettis qui volent, on se sentait comme des stars ! Du coup, malgré de mauvais classements des équipes genevoises, on passa quand même une chouette fin de soirée. A noter, que Natascia qui concourrait avec l'équipe du canton de Vaud termine à une magnifique 2ème place suisse!

Après toutes ces émotions, il était temps de rentrer et de laisser place aux C5 et C6 qui passaient le dimanche.

Quant à moi, je partais dimanche matin pour 2 mois en Allemagne. J'ai donc dû abandonner mes coéquipières et rentrer assez vite, et n'ai donc pas pu regarder les C5 et C6, ni fêter la fin de saison avec l'équipe. Je garde tout de même un très bon souvenir de ces championnats et je souhaite à toutes les gymnastes du club de pouvoir vivre cette expérience un jour !

Robert



## FETE DE NOEL AGRES 5-7

Pour la fin de l'année, nous nous étions donné rendez-vous au restaurant pour manger de bons burgers ou de bonnes pizzas! Bonne humeur, bonne ambiance et retrouvailles avec Sophie revenue pour l'occasion d'Angleterre! Des gymnastes toutes belles, habillées autrement qu'en justaucorps et training... elles sont belles non? On se réjouit de 2017!

Sylvie

## MEMORIAL MORET - GYM ENFANTINE



Oscar, Nalya, Carla, Stefania, Lily, Quentin, Noah, Lola, Celestine, Olivia et Alexandra ont participé le 20 novembre dernier au Memorial Moret organisé au Bois des Frères.

Pendant cette demi-journée, ils ont effectué différents exercices sur le thème des animaux : escargot, coccinelle, poule, serpent, ours, et bien d'autres y sont passés. Et lorsque la musique a retenti pour le final, tous ces petits gymnastes se sont mis en mouvement autour des parachutes. Au terme de la chorégraphie qu'ils ont exécuté avec application, sans se douter de rien, ils



ont découvert la surprise qui se cachait dessous et qui les attendait : une magnifique peluche que beaucoup d'entre eux ont emmenés à l'école à ce que mon petit doigt m'a dit...



Inutile de vous dire qu'ils sont tous repartis ravis avec une belle médaille en prime !

Ps : d'autres photos de cette belle journée vous attendent sur le site de la FSG Versoix Samara & Isabelle.

## APERU DU NOUVEL AN



Une nouvelle année pour la FSG qui débute avec son, toujours très attendu, apéro de nouvel an. L'année dernière, l'occasion était de découvrir les archives tout en réjouissant les papilles. Cette fois, le choix s'est porté au Repère, qui nous a très bien accueilli. Une petite quarantaine de membres dévoué/e/s, toutes générations confondues, se sont retrouvés pour un moment de partage des plus convivial. Les enfants avaient de quoi jouer, les adultes de quoi manger et comme la gym est



toujours présente, un petit groupe de jeunes pressés par le temps, s'en est allé profiter de trampolines en salle.

Objectif de l'année prochaine: une bonne soixantaine ! Soyons fous ! Ou simplement nous-mêmes ;) Bonne continuation d'année à chacune et chacun, et plein de bisous.

Alban

## ASSEMBLEE GENERALE

Cette année notre assemblée générale s'est déroulée dans un cadre exceptionnel, au Domaine du Château de Collex, c'est la première fois que nous organisons l'AG, l'apéro et le souper au même endroit. Repas réalisé et servis par l'auberge de Collex.

Notre président et son comité, un peu déçu du manque de monde, ont tout de même géré cette assemblée dans les temps et la bonne humeur.

Une assemblée forte en émotions, avec la remise de beaucoup de jubilés, 3 personnes pour 15ans de société, 2 pour 20 ans, 1 pour 30 ans, 3 pour 50ans, 4 pour 60 ans et Francis Fragnière pour 70 années de bons et loyaux services au cœur de notre société.

De plus notre comité s'est agrandi avec l'arrivée d'une secrétaire : Patricia Laboureur et d'un responsable cantine supplémentaire : Jeremy Raphel.

Un grand merci à tous les membres qui ont répondu présents!

Christophe



RIL 2015

## DEUX NOUVELLES PERSONNES AU COMITE!

Et c'est reparti pour une nouvelle année gymnique avec un comité renforcé de 2 nouvelles têtes! Patricia a répondu présente à l'appel d'une secrétaire pour seconder le comité au niveau des nombreuses (de plus en plus nombreuses) tâches administratives. Quelle merveille! Merci d'avance Patricia!

Et Jeremy était déjà bien présent au sein de la gym en tant que moniteur, gymnaste et responsable cantine avec Alban. Celui-ci faisant déjà partie de la famille du comité, Jeremy a souhaité également rejoindre la team! Bienvenue à lui aussi! Du sang jeune et dynamique, ça va faire du bien!

Nous sommes encore à la recherche d'une personne pour continuer le travail d'archiviste qui a été effectué ces dernières années... A bon entendre!

Le comité

## DERBY DES BOIS



C'est sous une météo clémente que le Derby des Bois s'est déroulé le dimanche 12 mars dernier. Avec environ 700 coureurs classés, le Derby a pris son rythme de croisière. Le parcours était magnifiquement préparé et toujours aussi apprécié. Sous les encouragements de notre speaker Bertrand, les coureurs ont eu beaucoup de plaisir.

Un énorme merci à tous les bénévoles qui ont œuvré lors de cette manifestation car sans eux rien ne serait possible. Un merci spécial aux membres du comité d'organisation qui ont décidé d'arrêter après cette édition pour leur engagement, leur dévouement et leur travail essentiel et inestimable.

Résultats et photo sous [www.derbydesbois.ch](http://www.derbydesbois.ch)

## L'HISTOIRE DU VIEUX TILLEUL- CHANT DE LA FSG VERSOIX.

Si vous êtes d'accord, je vous demande quelques minutes pour vous raconter une histoire, l'histoire d'un arbre. Après l'assemblée générale on chantera par tradition le Vieux Tilleul, notre chant sociétal depuis très longtemps. J'ai pensé qu'il serait intéressant de connaître les fondamentaux de ce chant magnifique. Il est vrai qu'on le chante depuis des générations sans se demander pourquoi on sublime ce roi de la colline et pourquoi on le chante à notre Fédé.

L'auteur de ce chant a très bien su le symboliser.

Les villageois de ces régions de collines comme la grand Emmenthal par exemple, plantaient au sommet de leur colline, dans une prairie, un arbre qui devait être solitaire et qui devait faire office une fois adulte de paratonnerre par manque d'autre moyen. Avant l'invention du paratonnerre par Franklin, un américain de Boston, la foudre causait fréquemment des incendies partout parmi les villes, villages et les fermes isolées. La mise en place de cette invention a bien été de un siècle et demi pour arriver jusqu'à équiper tous les habitats. Cet arbre, c'était toujours un tilleul. Arbre vénéré, majestueux et protecteur, embaumeur et médicinal par ses fleurs. Arbre béni des Dieux.

A la deuxième question de savoir pourquoi nos anciens l'ont choisi, ce n'est pas évident d'y répondre car on n'en sait rien. Où l'ont ils connu - lors d'une fête de gym ou de chorale peut être; toutefois ils ont en mémoire ce qu'ils avaient entendu des jeunes confédérés qui venaient en Suisse romande pour travailler ou s'installer. Ils arrivaient avec leurs coutumes - c'était souvent des fils de paysans. Pour s'intégrer plus facilement, ces jeunes entraient à la gym avec leur turn pass et racontaient les histoires de leur région et parlaient de leur arbre mythique, le tilleul.

Voilà pourquoi ce chant a traversé la vie de notre Fédé sans problème jusqu'à aujourd'hui.

Dans l'histoire des hommes, l'arbre a toujours été un marqueur du temps et c'est ainsi pour notre vieux tilleul.

Jean-Marc Ramseyer

## BONNE FRANQUETTE- AGRES

Le 5 février dernier, juste après l'assemblée générale, nous nous levions tôt pour le premier concours de la saison ! La fameuse Bonne Franquette ! Concours déguisé...

13 gymnastes en lice, avec une excellente 3<sup>ème</sup> place pour Melissa en catégorie 5 ! Camila et Lara se place juste derrière en obtenant une distinction. Alizée à une place de la distinction à cause d'un saut un peu long... Participant pour la première fois dans les grandes catégories, Natacha s'en sort pas mal et Estelle n'a pas réussi à terminer le concours dû à une énorme crève.

En catégorie 6, 3 distinctions pour 4 filles ! Lisa s'est broutée au reck, on va dire que ça arrive aux meilleures...

En catégorie 7, Christine brille et se place 4<sup>ème</sup>, Elodie n'a qu'un dixième de moins et se place donc 5<sup>ème</sup> !

Finalement, Aline, seule représentante de Versoix chez les dames pour cause de tatouage, monte sur la première marche du podium !!! Bien joué les filles ! La saison est lancée et il faudra compter sur Versoix !

Sylvie



## CIRCUIT TRAINING JEUNES GYMNASTES MIXTES

25 mars 2017, Bois des Frères

31 équipes étaient présentes dont 2 de la FSG Versoix pour cette journée du Circuit Training Gymnique et Athlétique en salle.

Tous motivés et de bonne humeur malgré le retard, ils se sont jetés à fond dans les épreuves qui les attendaient.



Au programme de la matinée : course aux anneaux, course navette/slalom, lancer du poids (un gros medizin ball de 2kg pour certains plus gros que leur tête !) et agilité/équilibre aux cerceaux.

Après une pause de midi bien méritée et un petit bain de soleil, les deux grosses épreuves de l'après-midi ont commencé.

En premier, le Biathlon, épreuve dans laquelle il est tout aussi important de courir que de se concentrer pour pouvoir viser les cônes à l'aide d'une balle de tennis afin d'en renverser le plus possible.

Et ensuite, le Team Cross, course d'obstacles par équipe.

Ils ont donné le meilleur d'eux même et ont fini au pied du podium, à la 4<sup>e</sup> place, exténués et un peu déçus...

Bravo à eux, nous sommes très fières de nos élèves qui sont partis affronter des équipes composées de gymnastes pour qui l'athlétisme est à l'ordre du jour à chaque leçon.

Samara&Isabelle

## JOURNEE TEST ARTISTIQUE



Ce samedi 25 mars 2017, première sortie de l'année aux bois-des-frères pour les filles dans les catégories EP, P1 et Open. Pour certaines il s'agissait de leur tout premier concours !

Autant dire que stress et excitation étaient au rendez-vous, mais malgré cela les filles sont restées concentrées et motivées tout du long. Hormis quelques oublis au sol et à la poutre, elles ont donné le meilleur d'elles-mêmes pour présenter les exercices comme elles les avaient appris.

Plusieurs d'entre elles ont obtenus de très bon résultats et en général ces

derniers sont satisfaisants, à part aux barres pour lesquelles la difficulté des exercices est très élevée, mais c'est bien connu c'est notre bête noire ! Dans tous les cas, elles sont reparties avec le sourire aux lèvres et une superbe gourde à leur nom.

Prochaine étape : concours interne. Les gymnastes sont gonflées à bloc et travaillent dur à chaque entraînement pour s'améliorer.

Nous sommes très fières d'elles et les félicitons grandement!

Nadia, Annick, Angela, Sandra et Jessica



## CONCOURS DU PRINTEMPS AGRES

Les 11 et 12 mars, la société de Versoix organisait le concours du printemps. Cette fois-ci, TOUTES les catégories passaient sur le même weekend ! ça fait du monde. Plus de 550 gymnastes sur les 2 jours !

Une équipe au taquet pour préparer tout ça. Nous nous sommes alliés à la société de Bernex-Confignon pour nous aider dans cette énorme organisation. Challenge plus que réussi ! Un succès total !

Merci à toutes et tous pour tout ! Nous avons vraiment des personnes extraordinaires au sein de notre société ! De la musique au top, des tournus estafettes super organisés, des repas gastronomiques, une cantine du feu de Dieu avec un roulement de bénévoles génial, des prix souvenirs sympas, de belles médailles, des panneaux d'affichage parfaits et toute la bonne humeur et l'ambiance de la FSG Versoix pour les encouragements, les « hop, hop, hop » la mise en place ou le rangement.

Vraiment merci ! Vous tous, faites vivre la gym et l'esprit gym !

Au niveau des résultats, 7 distinctions en catégorie 1, 5 pour la catégorie 2, une médaille de bronze pour Benjamin en catégorie 2 garçons et une distinction, ainsi qu'une médaille d'or pour Noé en catégorie 3 garçons, 3 distinctions en catégorie 3, une autre médaille de bronze pour Olivia en catégorie 4 ainsi que 4 distinctions, 1 distinction en catégorie 5 pour Melissa, une belle 5<sup>ème</sup> place pour Jenna en catégorie 6, une médaille d'or pour Natascia en catégorie 7 et encore une première place pour Aline en dame ainsi qu'une médaille de bronze pour Elodie !

Au final, 6 médailles, 22 distinctions, 37 passages de catégorie pour un total de 65 gymnastes de Versoix !

Bravo à tous et toutes pour les résultats et pour l'organisation !

Sylvie



## CONCOURS PRINTEMPS CATEGORIE 1

Le samedi 12 mars avait lieu le concours du Printemps et 13 gymnastes de la catégorie C1 ont participé. Pour la majorité d'entre elles c'était leur premier concours officiel en agrès. Toutes les filles ont fait un super concours, il régnait une bonne ambiance entre elles et la concentration était au rendez-vous malgré ce que l'on pourrait croire sur la première photo d'avant concours ^^



Les sept gymnastes qui n'avaient pas encore le macaron de la catégorie, ont réussi à l'obtenir et cela avec de très bons totaux. Il y a également eu 7 distinctions : Célia (11<sup>e</sup>), Eva (14<sup>e</sup>), Lia (23<sup>e</sup>), Clara (24<sup>e</sup>), Zoé (34<sup>e</sup>), Alessa (35<sup>e</sup>) et Simay (39<sup>e</sup>). Le seul regret de cette journée fut l'accident de Chloé, qui avait également fait un très bon concours jusque-là. Nous lui souhaitons une bonne suite de rétablissement et lui envoyons plein de bisous !! Nous sommes fières de toutes nos gymnastes et nous avons toujours beaucoup de plaisir à les entraîner.

Aline



## AGENDA

### AVRIL

29 - CONCOURS INTERNE AGRES&ARTISTIQUE - VERSOIX

### MAI

6 - CONCOURS EXTERIEUR AGRES - THUN

6 & 7 - CHAMPIONNAT GENEVOIS ARTISTIQUE - BOIS DES FRERES

13 - CHAMPIONNAT GENEVOIS AGRES C1-C2 - CAROUGE

20 - CONCOURS EXTERIEUR AGRES - BRIGUE

21 - JOURNEE DANS LE TERRAIN - MEYRIN

### JUIN

10 & 11 - CHAMPIONNAT GENEVOIS AGRES C3-C7 - NEUCHATEL

### AOUT

14- 18 - CAMP AGRES - AMI-ARGAND



Prochaine édition du Ma Fédé: JUIN 2017