

JOURNAL D'INFORMATION DE LA FSG VERSOIX



CONCOURS INTERNE

Le 2 juin dernier s'est déroulé notre mythique et légendaire concours interne ! Comme chaque année, la bonne humeur de la FSG Versoix était bien présente.

Cette année, en l'honneur de la 15ème édition, nous avons instauré une petite nouveauté chez les grands agrès ! En effet, pour ajouter du piment à la compétition, nous avons décidé d'inclure des points pour la difficulté. Le public a donc pu assister à un concours pimenté ! Bravo à tous les gymnastes pour leurs efforts et leur implication.

Les petits comme les grands ont ensuite eu le droit à un T-shirt souvenir, et comme chaque année, une médaille !

Encore un grand merci à toutes les personnes ayant aidé à l'organisation, que ce soit la buvette, les estafettes, les juges, les coachs et toutes les petites mains ayant aidé avec le matériel. On vous aime ! Hop Hop Hop !



Robert

CONCOURS INTERNE ARTISTIQUE

Ce samedi 02 Juin, comme chaque année, c'est à 8h00 du matin que nous nous rendons en salle de gym afin de participer à l'annuel concours Interne à Versoix.

Un tout grand bravo à Sylvia, pour sa première place en EP, qui concourait seule dans sa catégorie.

Pour la catégorie P1, la première place revient à Laura suivie de près par Thaïs et Tessa. Complètent le classement : Camila, Jasmine, Maggie, Claire, Gisèle, Nadia, Sofia, Emma, Khanak, Luna, Nélia. Bravo à elles, beau concours, elles se sont bien

battues !



Ils étaient cinq à concourir en Open cette année. Grande nouveauté un garçon .. Bravo à JérémY qui a eu le mérite de concourir avec Nadia, Kyla, Elodie et Angela en les faisant pâlir de jalousie en exécutant un grand écart parfait sur la poutre !!! Nous déplorons malheureusement un accident, en effet, Kyla, s'est blessée au coude, ne pouvant pas terminer le concours. Heureusement pour elle, elle s'en est vite et bien remise !

Elles sont toutes reparties avec un super prix souvenir créé et offert par la société de Versoix. Un magnifique t-shirt !
Annick, Sandra, Jessica R.



JOURNEE TEST ARTISTIQUE

Le 24 mars 2018 se tenait le premier concours de l'année pour les filles : la journée Test au Bois des Frères. Il s'agissait de leur tout premier concours dans la catégorie P1 et dans la catégorie P2 pour Charlotte. Seules Sylvia & Romy ont concouru en EP.

Malgré quelques oublis au sol pour leurs premières fois en musique et quelques couacs au saut, elles sont parvenues à effectuer un superbe concours, à la hauteur de nos attentes.

Thaïs a terminé 1^{ère} de Versoix avec un beau total de 42.500, suivie de Laura avec 39.450 et de Tessa avec 38.500. Charlotte quant à elle, s'est hissée à la deuxième place.

Nous les félicitons et attendons impatiemment la suite de la saison !

Annick, Nadia, Angela & Jessica



JOURNEE DANS LE TERRAIN ARTISTIQUE

Ce dimanche 27 mai, nous nous sommes rendues à Jussy pour participer à la traditionnelle journée dans le terrain.

Nous avons marché en forêt dans la boue, une chaussure y est même restée coincée !! Nous avons affronté les moustiques qui ont bien mangé Laura !!! Les filles ont su se débrouiller et persévérer lorsqu'elles ont fait du hockey avec une bouteille en pet, du saut en longueur et lorsqu'elles ont cherché des objets cachés, ..

Certains postes étaient plus faciles et évidents pour elles comme lorsqu'elles ont dû faire des grands écarts !

Après plusieurs heures de marche c'est ainsi que Nadia, Oyuka, Laura, Claire, Gisèle, Sylvia, Romy, Camila et Célia ont passé la ligne d'arrivée.

Bravo à elles ! Nous avons passé une super journée en leur compagnie !

Annick, Sandra & Jessica R



JOURNEE DANS LE TERRAIN PARENTS-ENFANTS

Pour la troisième année consécutive, le groupe parents enfants a participé à la journée dans le terrain qui s'est déroulée le 27 mai dernier.

Les enfants et leurs parents ont pu profiter de cette journée en effectuant un parcours ou les jeux qui leur ont été proposés.

Rires, amusement et bonne humeur était au rendez-vous!

Tiziana



JOURNEE DANS LE TERRAIN ENFANTINE

La gym enfantine du jeudi a participé à la journée dans le terrain avec une petite équipe de choc composée de Soraya, Théo, Elias, Eva, Elina, Soline et Asia accompagnés des moniteurs et parents Nadège, Oceanne et Tiziana. Nous avons partagé un très bon moments tous ensemble! Merci à tous!

Tiziana



CHALLENGE GENEVE AGRES

En avril, les agrès participent au challenge Genève. C'est un concours un peu spécial, car il n'est pas seulement individuel, mais aussi par équipe! Et ça, c'est motivant! On ne participe pas seulement pour soi, mais il ne faut pas lâcher avant la fin pour que l'équipe ait une chance...

Cette année, l'équipe des grandes termine à nouveau à la 3ème place! Et même que Natascia ne participait pas cette fois.... ;-)
Bravo à toutes! Sylvie



CHAMPIONNAT GENEVOIS AGRES



Ce championnat genevois est réussi pour Versoix! 14 distinctions chez les petites catégories! 4 distinctions en catégorie 5 pour Melissa (chocolat), Nicolena, Tamara et Ester! Une magnifique 2ème place pour Olivia Tapio! ouah! Un autre podium pour Kyla avec une médaille de bronze. Natascia est de retour de blessure et finit à la 2ème place avec juste derrière Elodie pour compléter le podium! En dame, Aline termine 2ème aussi... Sans oublier les garçons qui veulent régater... Magnifique 3ème place pour Noé et Benjamin ainsi qu'une distinction pour Daniel! Et surtout une quantité incroyable de gymnastes de Versoix: 77!!!! Merci aux juges, car sans eux on ne pourrait pas inscrire autant de jeunes! Hop Versoix! Bravo!



Sylvie

CONCOURS EXTERIEURS AGRES



Les grandes agrès se sont rendues cette année à deux concours extérieurs. L'un à Heimberg, chez nos amis suisse-allemands et l'autre en Valais, à Sion. Toujours une super expérience de visiter d'autres endroits avec des gymnastes super motivées! J'adore! C'est beau la Suisse... On fait des points pour les sélections aux Championnats suisses! Merci aux coachs et parents qui nous suivent!

Sylvie



CAMP AGRES

Cette année encore le camp du mois d'août a remporté un succès. Ce sont environ 40 gymnastes qui se sont retrouvés tous les matins pour se mettre en forme.

Entourés par une équipe de choc d'une quinzaine de moniteurs, les groupes passent auprès de tous les moniteurs, sur tous les engins, voient d'autres têtes s'entraîner dans la même salle. Les gymnastes font un échauffement et de la force en commun puis des tournus de 25 minutes à chaque engin dans leur groupe. Ils travaillent pour apprendre des nouveaux éléments, faire du trampoline, des barres, des anneaux, du airtrack, du saut et même de la poutre!

Le soir, nous avons un groupe d'actifs et de grandes agrès très motivés.

Un énorme merci à toute l'équipe des moniteurs, car vous êtes super! Bravo et à l'année prochaine!

Laura



JOURNÉE DU SPORT

Le 2 septembre dernier, la commune de Versoix organisait le journée du sport. Toutes les sociétés sportives versoisiennes sont présentes. La plupart pour remplir leurs cours et faire de la publicité. Pour nous, c'est un jour où l'on répond très souvent: « Nos cours sont déjà complets... », mais peu importe, on est là pour montrer qu'on existe et qu'on est une belle famille!

L'équipe cuisine nous a concocté un délicieux Chili con Carne! Miam! Merci les gars!

L'équipe cantine a apporté ce qu'il fallait pour se déshaltérer et le clou de la journée était le concours de saltos! L'idée était de faire comme le record du monde, mais en plus petit...avec nos moyens. Soit une quinzaine de cascadeurs sous le soleil pour 713 saltos réussis en 15 minutes!!!! Cela en fait quand même 47 par minutes! et... ouah!

Sylvie



CHAMPIONNAT GENEVOIS ARTISTIQUE

C'est ce samedi 28 avril, que Romy et Sylvia ont participé en catégorie EP au Championnat genevois au Bois des Frères. Elles ont toutes deux fait un très beau concours. Sylvia finissant première et recevant le titre de championne genevoise ! Romy a fini à la deuxième position.

Quant à nos gymnastes de la catégorie P1, c'est dimanche 29 avril qu'elles ont concouru avec des gymnastes venant de toute la Suisse notamment, Morges, Serrières, Oberland Bernois, Bienne, Cugy Vesin, Montreux ou encore Romont. Les filles ont fait un super concours. Thaïs a obtenu une distinction pour sa magnifique 30^{ème} place. Viennent ensuite : Maggie, Laura, Jasmine, Camila, Nadia, Tessa, Claire, Gisèle, Nelia, Sofia, Luna, Emma, Khanak, Victoria et Oyuka qui avait le petit doigt cassé lors du concours.

Un grand bravo à toutes !

Annick, Nadia, Angela & Jessica

CHAMPIONNAT ROMAND ARTISTIQUE

Levées de bon matin par une journée radieuse, 13 gymnastes artistique, accompagnées par leurs parents, se rendent aux Championnats romands à Lausanne.

Comme toujours la concurrence est là et le niveau est élevé. Nos gymnastes souriantes et motivées, ne lâchent rien. Elles ont d'ailleurs été félicitées par des entraîneurs d'autres sociétés car aucune d'entre elles n'arrivent à présenter autant de gymnastes que Versoix. Là est notre fierté.

Durant cette journée nous relèverons l'excellente 20^{ème} place de Thaïs récompensée par une distinction et féliciterons Laura, Maggie, Nadia, Tessa, Camila, Claire, Jasmine, Nélia, Emma, Gisèle, Sylvia et Romy pour leurs efforts et incroyables progrès.

Si Versoix est toujours aussi bien représenté, c'est également grâce au soutien des parents qui ne rechignent pas à passer de longues heures en salle de gym.

Alors MERCI aux parents et BRAVO aux gymnastes.

Jessica, Angela, Nadia, Sandra, Annick



FIN DE SAISON ARTISTIQUE

Lundi 18 juin, notre dernier entraînement se transforme en une après-midi récréative, piscine et barbecue.

Les infatigables feront un concours de plongeurs, les pipettes profiteront d'un dernier moment entre copines et les plus gourmandes auront déjà attaqué popcorn et saucisses.

Quelque soit l'activité choisie, ces moments que nous partageons ensemble sont uniques et ils feront bientôt partie de nos souvenirs.

Nous profitons également de remercier les parents pour leur incroyable générosité mais avant de clôturer cette belle saison, quoi de mieux que de déguster une bonne glace.

BONNES VACANCES ET BEL ÉTÉ!

Jessica, Angela, Nadia, Sandra, Annick

FETE ROMANDE ET RECORD DU MONDE BATTU!

4 gymnastes de la FSG Versoix ont participé le dimanche 17 Juin à l'établissement d'un nouveau record du monde ; celui du plus grand nombre de sauts périlleux avant au mini trampoline.

Ce record s'est déroulé dans le cadre de la fête romande de gym à Lausanne.

Avec un rythme infernal, un tempo au métronome, 138 gymnastes ont eu 6.50m de course pour faire leur saut.

Le record était de 4008 en une heure. Soit 72 sauts par min.

En 1h seulement 25 sauts n'ont pas été comptabilisé car la réception n'était pas parfaite.

Le record a été battu avec 4295 sauts!

Bravo à Jenna, Tamara, Alizée et Olivia

Carole

La fête romande faisait office de championnat romand agrès également. Ce sont 13 gymnastes qui ont fait le déplacement car sélectionnés. Chaque année d'avantage! Bravo! A noter surtout la superbe 2ème place d'Olivia!!! Quel moment! 2ème romande en catégorie 5! Bravo!

Sylvie



FIN DE SAISON PARENTS-ENFANTS ET ENFANTINE

Nous avons terminé l'année avec un parcours vita et un goûter-baignade à la piscine de Versoix. Nous avons aussi profité des beaux jours pour nous rendre à la cabane des bûcherons pour effectuer le parcours vita. Les enfants étaient heureux et remplis d'énergie pour participer à ce cours en extérieur!

Tiziana



FIN DE SAISON AGRES 5-7

C'est une saison qui se termine... et voilà des collègues de gym qui deviennent petit à petit des amies... Quelle équipe! Petit repas canadien à Prévessin pour vous remercier de tous ces beaux moments passés ensemble. A la saison prochaine!

Sylvie



FIN DE SAISON AGRES 3

Cette année, après une superbe saison de concours, nous clôturons les cours par une session de trampoline à Elevation! Là-bas c'est la folie: flic, roue sans les mains, salto, saut de main, double salto!! et cascades en tout genre plus ou moins maîtrisées par une chouette équipe super motivée et qui n'a pas froid aux yeux!! Pour nous remettre de nos émotions, on s'est ensuite retrouvé à port Choiseul pour un pic-nique bien mérité et quelques baignades à peu près voulues.... Vivement la reprise!! ;)

Elo

N'hésitez-pas à envoyer vos contenus à fsgversoixsocial@gmail.com pour qu'on puisse les publier !

Site : www.fsg-versoix.ch

Facebook : Fédération Suisse de Gym Versoix (FSG-Versoix)

Instagram : @fsg_versoix

AGENDA

OCTOBRE

27-28 - CHAMPIONNAT SUISSE EQUIPE AGRES - WINTERTHUR

NOVEMBRE

17-18 - CHAMPIONNAT SUISSE INDIVIDUEL AGRES - DIETIKON

25 - MEMORIAL MORET - BOIS DES FRERES

DECEMBRE

1-2 - SPECTACLE ANNUEL - LACHENAL (VERSOIX)

J

ANVIER

6 - APERO DU NOUVEL AN

FEVRIER

6 - ASSEMBLEE GENERALE



Prochaine édition du Ma Fédé: Printemps 2019