



### SPECTACLE ANNUEL FSG VERSOIX

Les moniteurs! Toujours une équipe incroyable! Bravo à tous pour ce magnifique spectacle! Cette année, le ballet des moniteurs était « The greatest show ».

Et le show ne pourrait avoir lieu sans toutes ces petites mains qui aident jusque tard dans la nuit pour servir, payer, commander, cuisiner, décorer, nettoyer. Toutes ces personnes qui se dévouent et qui deviennent tour à tour régisseur, débardeur, metteur en scène, tartineur, costumier, danseur et j'en passe. Un immense merci à tous pour tout ce que vous faites à longueur d'année pour tous ces jeunes!

Sylvie



## SPECTACLE GYM GROUPE ARTISTIQUE

Aaahhaaahh nos petites Cléopâtres !! , qu'est-ce qu'elles étaient jolies nos petites Cléopâtres.

Une comédie musicale qui aura demandé un bon nombre de répétitions et d'essayages, et qu'est-ce qu'on a pu rigoler, elles avaient toutes la même bouille avec leur perruques (qu'on laissera tomber pour une prochaine fois). Elles se souviendront sûrement des dizaines de sixtus qu'on leur a planté dans le crâne !

Entre chorégraphie et acrobaties, et.... accompagnées de notre gentleman « César », elles nous ont donné un beau spectacle.

Pour qu'un spectacle soit réussi il aura fallu se découvrir de vrais talents cachés.

Chacune dans un rôle bien défini, nous avons Sandra à la confection des costumes, Nadia et Angela à la création de chorégraphies, Jessica en tant que metteur en scène et moi-même dans le rôle de coordinatrice.

Avec un tel staff, on aurait presque pu postuler au Grand-Théâtre. Un grand BRAVO!

Annick



## SPECTACLE GYM EN PHOTOS



33 - AVRIL 2015



N'hésitez-pas à envoyer vos contenus à [fsgversoixsocial@gmail.com](mailto:fsgversoixsocial@gmail.com) pour qu'on puisse les publier !

Site : [www.fsg-versoix.ch](http://www.fsg-versoix.ch)

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

Instagram : @fsg\_versoix

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



## NOEL DES PARENTS-ENFANTS

Avec la gym parents enfants, nous avons fêté Noël. Les enfants ont aimé décorer le sapin!

Nous avons terminé le cours avec un petit goûter.

Tiziana

## MEMORIAL MORET

Le groupe Jeunes Gymnastes Mixtes a participé à la manifestation "Mémorial Moret" qui s'est déroulée au Bois-des-Frères le 24 novembre 2018.

Une vingtaine de postes avec pour thème les panneaux de signalisation les attendaient sur toute la journée : rapidité, coordination, parcours, agilité, force, équilibre... Postes très variés, certains plus appréciés que d'autres.

Chaque enfant est reparti avec sa médaille, une bonne fatigue et quelques courbatures. Bravo à tous, vous vous êtes vraiment bien donnés !

Jessica



## CHAMPIONNATS SUISSES AGRES

Cette année encore, le nombre de versoisiennes à participer aux championnats suisses grandit ! En 2017, nous étions 3 à défendre les couleurs de Genève. En 2018, on arrive à placer au moins une de nos gymnastes dans chaque catégorie ! Olivia et Melissa en C5, Kyla en C6, moi-même en C7 et Aline en dames !

C'est ainsi que notre fine équipe s'est rendue à Winterthur (Zurich) pour le concours par équipe. Le niveau étant ce qu'il est, on n'arrive toujours pas à placer Genève dans les cantons de tête. On passe malgré tout de très bons moments et on apprend à connaître nos collègues gymnastes venues d'autres sociétés.

Certaines d'entre nous ont aussi eu la chance d'aller représenter Versoix (cette fois-ci, on ne représente pas son canton mais sa société) aux finales des championnats suisses à Dietikon (Zurich)!

Les meilleures de chaque canton et de chaque catégorie sont sélectionnées sur tous les concours de l'année et s'y retrouvent pour tenter de monter sur le podium le plus important de la saison. Bien évidemment, le niveau est phénoménal et nous n'arrivons pas à aller piquer une médaille. (Même les distinctions sont encore un peu loin pour nous).

On ressort de ces concours pleines d'expérience et boostées pour la saison prochaine ! On espère qu'en 2019 encore, il y aura du bleu chez les genevois !

Robert



## APERU DU NOUVEL AN

C'est maintenant une tradition... le comité invite ses membres pour un apéritif au tout début du mois de janvier. C'est histoire de discuter un moment et de se souhaiter la bonne année!

Moment toujours très sympa avec la présence de membres très jeunes et de moins jeunes... c'est super chouette ce mélange de générations; c'est aussi ça la famille de la gym. Cette grande famille... Alors rendez-vous l'année prochaine!  
Le comité

## ASSEMBLEE GENERALE

2 février 2019. Notre assemblée générale. Nous nous sommes à nouveau réunis au Domaine de Collex. Nous sommes très bien reçus par Marcelo et Fred, tous les deux membres. Le comité vous présente alors les résultats, les chiffres et les activités de cette année écoulée. Notre président est fier de la société qu'il dirige et il peut! Quand on voit la rétrospective, la FSG Versoix se porte bien, autant au niveau des résultats sportifs, du nombre de membres et des finances. Bravo à tous pour tout ce que vous faites pour que cela marche! Nous avons réitéré la partie félicitations aux sportifs qui ont obtenu un podium la saison dernière. Bravo à eux! Nous terminons la soirée par un repas fort apprécié et même offert par la gym! Merci!!



Sylvie

## AGRES 4

Encore une fois le spectacle, cette année sur le thème de Dirty Dancing, nous a entraîné dans une super ambiance rythmée de chorégraphies et accros toujours plus impressionnantes ! En duo avec une partenaire les filles nous on prouvé que d'être gymnaste c'est aussi avoir le rythme dans la peau !! Changement d'ambiance et de costume : le premier concours dans le nouveau et très beau justocorps a été un succès total ! 100% de réussite pour tous les passages de catégorie 4 (et WOW!) avec en bonus deux distinctions pour Tatiana et Anaïs ainsi qu'une belle 3 ème place pour le premier concours agrès d'Elodie ! Bravo à toutes vous êtes géniales !! :)  
Elo

## SPECTACLE AGG

Enchanté par notre performance sur le thème de Cleopatre présentée lors de notre spectacle annuel, le president de l'AGG nous a chaleureusement invité à participer à la fête de l'hiver se tenant le 26 janvier aux Bois des Frères. Ce spectacle qui se renouvelle chaque année regroupe plusieurs disciplines de gymnastique dont certaines d'entre elles sont représentées par des gymnastes de haut niveau. Nous étions donc très fières de pouvoir y participer et au terme d'une répétition générale quasi parfaite, les filles étaient prêtes à défiler devant un public important. Malheureusement, après 2 minutes de représentation seulement (sur un total de 5 minutes) une erreur de manipulation a conduit à l'arrêt soudain de la musique, qui n'a pas été relancée par la suite ... étant donné qu'un seul passage par groupe était prévu, la situation nous a évidemment déçue et frustrée. Mais malgré ce gros couac, les filles ont su garder leur sang froid et ont été capable de continuer jusqu'au bout leur représentation! Nous les félicitons donc grandement pour leur courage et leur persévérance!

## BONNE FRANQUETTE

C'est désormais une tradition pour les grandes Agrès. On se déguise pour le premier concours de la saison. Début février, nous passons la voie 9 3/4 et nous voilà chez Harry Potter! Nous n'avons pas seulement joué au Quiddich... Les résultats s'annoncent bien pour la saison! En catégorie 5, Olivia confirme ses résultats de l'an dernier en prenant la première place, puis 4 distinctions en C5! Super! On a eu droit à des spéciales de Taryn aux anneaux pour qui la grippe l'a emporté sur sa mémoire... et Stéphanie qui n'a fait qu'un saut valeur 6 et qui perd donc 3 points d'office! Bon... on apprend! Pour les plus vieilles, 2ème place pour Kyla et 4ème place pour Jenna en C6...bonne prestation de Soraya et une première en C6 pour Melissa. 1ère place pour Elodie pour son dernier concours en C7 et 1ère place pour Laura qui fait son retour après 2 ans d'absence. 5ème place pour Aline! Bravo les filles!



Sylvie

## CONCOURS DU PRINTEMPS AGRES

Que de réussite pour ce premier concours officiel de la saison 2019 ! Nos gymnastes agrès ont tout donné et les moniteurs ne peuvent être que fiers !

En effet, la totalité de nos gymnastes ayant participé au concours ont passé leur catégorie ! Et, cerise sur le gâteau, les versoisiens étaient présents sur la quasi-totalité des podiums !

C'est ainsi que chez les C1-C2 : Victoria monte sur la première place en C1 et Blanca sur la deuxième place en C2.

Chez les C3-C7, on continue avec les bons résultats. Versoix s'empare d'ailleurs du podium entier chez les C5 avec Olivia, Lya et Ester ! Une première pour notre société !

On notera aussi une 3ème place pour Benjamin en C3 garçons, une troisième place pour Elodie en C3 filles, une première et troisième place pour respectivement Jenna et Kyla en C6, une deuxième place pour Natascia en C7 et une première et deuxième place pour respectivement Robert et Laura chez les dames.

On se réjouit de voir ce que cette saison nous réserve encore !  
Hop hop hop !!!

Robert



## SORTIE DE SOCIÉTÉ A LYON

Question : Qui n'a pas encore participé à la traditionnelle sortie de société de la FSG-Versoix ?

Réponse : De moins en moins de monde ! En effet, ce ne sont pas moins de 49 personnes qui se sont inscrites cette année : plus qu'une seule place de libre dans le car, preuve que cette sortie est attendue ! Un car à deux étages l'an prochain ? suggère malicieusement notre président, comblé.

Eh oui, une fois de plus, la FSG-Versoix a organisé une conviviale sortie de société. Comme chaque année, nous nous retrouvons donc à la Bécassière à 7 heures le samedi matin, avec le sourire. Tout le monde est bien réveillé malgré l'heure matinale et la musique s'enclenche alors que nous n'avons pas encore dépassé Richelien.

Un premier arrêt nous plonge dans le passé au fil d'une descente dans les entrailles de la terre des grottes du Cerdon, à la rencontre de stalagmites, stalactites, colonnes et autres fistuleuses, mais aussi de fossiles de coquillages ayant connu les dinosaures ! Un voyage fantastique qui débouche sur un belvédère d'où on peut admirer la vue sur la vallée et le village de Cerdon. Surprise : malgré la température plus que fraîche dans la grotte, l'un de nous se promène pieds nus. Cela ne l'empêche néanmoins pas de remonter au pas de course avec tout un groupe (pour mémoire : nous sommes une société de gym, tout de même !)

A notre arrivée à Lyon, il nous faut cavalier, casquette au logo de la FSG-Versoix vissée sur la tête, pour suivre le programme du président : une visite guidée de la ville, en deux groupes. Pendant que l'un zappe la basilique (« et la mozzarella ? », entendra-t-on) et file vers les ruines romaines, l'autre admire les mosaïques. La vieille ville entre Saône et Rhône, des escaliers, des appuis renversés sur un pont, encore des escaliers... Certains abandonnent, les autres se croisent à peine au hasard d'une cour intérieure ou d'une traboule, ces passages étroits qui traversent les pâtés de maisons ; vraiment typique... et même folklorique lorsqu'un groupe se retrouve coincé derrière une porte close ! Traboule, traboulons, traboulez... et nous nous retrouvons au mur peint représentant d'illustres personnages lyonnais dessinés à leurs fenêtres. Enfin réunie, notre société peut se mettre à chanter pour concurrencer des petits jeunes arrêtés au feu rouge, la musique à fond. C'est bien sûr notre « p'tite Lady Melody » qui l'emporte. Clairement.



A l'hôtel, on nous distribue des clés qui n'ont, pour la plupart, pas été magnétisées. Alors on redescend courageusement les 3, 4 ou 5 étages à pied (rappel : nous sommes toujours une société de gym, heureusement !), avant de se retrouver, qui au balcon, qui à la fenêtre, à tous les étages autour d'une cour intérieure. Pas d'erreur, nous sommes bien à Lyon ! Pour le souper, nous sommes gâtés puisque nous bénéficions d'un repas-croisière ! Nous voguons donc sur le Rhône, puis la Saône en passant par la Confluence (la Jonction lyonnaise), tout en profitant de l'immense bateau, d'un repas délicieux et d'une ambiance chaleureuse. Et pour ceux qui préfèrent l'air frais, il suffit de dénicher quelques chaises sur le pont, de les rassembler, d'amener son verre et de papoter entre amis pour se sentir comme à la maison. Accostage, débarquement, retour à la terre ferme : il est l'heure d'aller se coucher ! Ou... pas ! Autres options : figures acrobatiques dans un parc, pichets de mojito à partager à la paille, chorégraphies au bord de l'eau... à choix !



## SUITE DE LA SORTIE DE SOCIÉTÉ !

Le lendemain, nous découvrons le temple de la gastronomie lyonnaise : les Halles Paul Bocuse, grâce à une intéressante visite guidée. Les saucissons s'étalent, les huîtres se partagent et la FSG déguste ; les charcutiers, les écaillers et les pâtisseries s'activent, nos guides tiennent conférence et les quenelles n'ont plus de secrets pour nous. On nous en sert pour le repas de midi dans un restaurant réputé avant notre départ pour Pérouges, où deux sœurs nous content l'histoire de cette petite ville de pierres, de ses habitants et de leur vie, puis nous conseillent pour dénicher les meilleures galettes au sucre.

Une dernière anecdote pour conclure ? Souvenez-vous : il y a quelques années, certains s'étaient retrouvés sans valise à Orange. Eh bien depuis, ils ne l'ont plus jamais oubliée. L'an dernier, l'un de nous a oublié sa veste à l'hôtel ; ben... lui, il a récidivé ! Gageons que l'an prochain tout le monde s'unira pour lui rappeler de ne rien laisser dans sa chambre !

Un grand merci à la FSG-Versoix et à Christophe en particulier pour l'organisation de ce week-end fort agréable qui nous a permis de nous rencontrer, de nous sentir intégrés dans un groupe, d'y accueillir des nouveaux venus à notre tour, et surtout de partager des épisodes sympathiques avec des personnes d'horizon et d'âges différents, en toute simplicité, pour des moments d'échanges forcément enrichissants. C'est aussi ça la FSG-Versoix !



## JOURNÉE TEST ARTISTIQUE

En ce samedi 23 mars, 9 gymnastes ont concouru en catégorie EP. Tout premier concours de gym pour Amélie, Asia, Elin, Gabrielle, Lily, Michelle, Stefania, Tess et Tessa. Félicitations à toutes pour leur belle prestation et à Tessa pour son podium à la superbe 3ème place.

Premier concours de la saison pour Beste, Camila, Emma, Laura, Nadia, Oyu – Mandal, Romy et Sylvia en catégorie P1. Elles se sont montrées confiantes et motivées !

Super concours pour Charlotte et Thaïs qui ont concouru en catégorie P2. Elles se sont bien défendues et n'ont rien lâché face à leurs concurrentes qui ont une vingtaine d'heures d'entraînement par semaine.

Magnifique début de saison, un tout grand bravo à toutes !

Angela, Annick, Jessica, Nadia et Sandra



## CIRCUIT TRAINING GYMNIQUE ET ATHLETIQUE

Le groupe Jeunes Gymnastes Mixtes a participé à la manifestation CTGA " Circuit Training Gymnique et Athlétique " qui s'est déroulé au Bois -des-Frères le 30 mars 2019. 4 postes attendaient nos petits gymnastes :

Lancer du ballon : Ballon de 2 Kg à lancer d'une main le plus loin possible. Course aux anneaux: chercher un anneau se trouvant entre 12m et 17m et le ramener en 9 secondes. Course estafette: slalomer entre des piquets, revenir tout droit, le plus rapidement possible. Marelle : coordination dans cerceaux, style marelle. Puis nos équipes se sont confrontées à d'autres clubs dans un Biathlon effréné.

Nous avons pique-niqué tous ensemble au soleil puis nous nous sommes échauffés sur un parcours de "team cross" avant la grande course. 6 clubs couraient en même temps, il fallait être la première équipe à effectuer 12 tours. Bravo à tous, ce n'était pas facile de rivaliser contre des clubs d'athlétisme.

La première place est revenue à l'équipe fille U8-U9 de Versoix 2, 6ème place pour Versoix 1 et 2ème place pour l'équipe mixte U8-U9 Versoix 3. Chaque enfant est reparti avec sa médaille.

Bravo à tous, vous vous êtes vraiment bien donnés ! et un grand merci à tous les moniteurs présents!  
Jessica



## PRINTEMPS CATEGORIE 2

Le 10 mars a eu lieu le premier concours de la saison pour les petites catégories en Agrès, pile pendant le salon de l'Auto comme souvent (mais on s'y habitue, et on anticipe les bouchons!).

Versoix est arrivé en force avec ses 26 participantes en C2, réparties sur deux tournus dans la journée. Pour presque toute, c'était leur premier concours en catégorie 2. Pour certaines, c'était même leur tout premier concours en Agrès ! Les parents étaient là pour les encourager, les juges les observaient de leur œil entraîné, les monitrices retenaient leur souffle...Et elles se sont surmontées! On est très fières d'elles, elles ont su gérer la pression et montrer des routines soignées.

Bravo à Manon, Inès, Orane, Anouk, Louisa, Atika, Thaïs, Lilly, Carla, Zora, Blanca, Ava, Gisèle, et Luna pour avoir obtenu votre C2. Certaines repartent aussi avec des médailles : bravo à Célia, Atika, Anouk et Louisa pour leurs distinctions, ainsi que Blanca pour sa médaille d'argent.

On se réjouit d'aller les encourager au Challenge 3 Chênes et au Championnat genevois! Christine

## AGENDA

13-14 avril - Challenge Genève Agrès et Concours à Neuchâtel Artistique

4-5 mai- Championnat genevois Artistique et Concours à Delémont Agrès

11-12 mai- Championnat genevois Agrès C1-4 (organisation FSG Versoix)

18 mai- Concours à Sion Agrès et Championnat romand Artistique

26 mai- Championnat genevois Agrès C5-7 et Journée dans le terrain



1 juin- Concours interne Agrès et Artistique

22-23 juin- Fête fédérale à Aarau

12-16 août- Camp Agrès à Ami-Argand

Prochaine édition du Ma Fédé: Automne 2019