

GYM

LE MAGAZINE DE LA GYMNASTIQUE VAUDOISE





Partenaire Or

LAUSANNE
2025



**Quand Laura va bien,
tout le monde va bien.**

Voilà pourquoi nous t'accueillons
dans nos 190 agences.

CONCORDIA
votre santé, notre priorité

Plus grand
réseau
d'agences
de Suisse

Chères et chers gymnastes,

Alors que 2025 s'approche, l'excitation monte pour la Fête fédérale de Gymnastique Lausanne 2025. En tant que président du CO de cet événement exceptionnel et chef du Service de l'éducation physique et du sport du canton de Vaud (SEPS), je souhaite partager avec vous ma vision sur l'importance de cet événement pour notre communauté.

La FFG est bien plus qu'une compétition sportive. C'est une célébration du bien-être et de l'esprit communautaire. Elle incarne les valeurs de la persévérance, du respect et de l'excellence ; des valeurs que nous nous efforçons de promouvoir au quotidien au sein du SEPS. Notre mission est de rendre le sport accessible à chacune et chacun, de soutenir les talents et de cultiver une culture sportive inclusive et dynamique.

En tant que président du CO, ma priorité est de faire de Lausanne 2025 une fête inoubliable pour toutes et tous. Notre objectif est de créer un environnement où chaque athlète peut donner le meilleur de lui-même, où chaque spectateur peut vivre des moments d'émotion intense, et où l'esprit de la gym peut briller de mille feux.

En tant que chef du SEPS, je suis fier de l'engagement et du dévouement des gymnastes vaudois. Ensemble, nous mettons en œuvre des initiatives pour encourager la participation des jeunes élèves de notre canton et sensibiliser le public aux bienfaits du sport.

La convergence de mes deux rôles me permet de porter une vision globale et intégrée, où l'événement sportif devient un catalyseur pour des projets durables et bénéfiques pour notre canton. Ensemble, nous allons non seulement célébrer la gym, mais aussi renforcer les liens qui unissent notre communauté sportive.

En attendant Lausanne en 2025, continuons à faire vivre l'esprit du sport dans notre quotidien !

Sportivement vôtre,

Cédric Bovey



SOMMAIRE

GymVaud

Le coin des centres ▶▶ 6

La FSG Yverdon-Ancienne
au Gymotion ▶▶ 7

Ch. vaudois aux agrès et gymnastique de sociétés

Un concours sous le soleil
et la bonne humeur ! ▶▶ 8-9

Ch. vaudois à Avenches

Le mot de GymVaud ▶▶ 10

Lausanne 2025 : Quoi de neuf?

Les nouveautés de
Lausanne 2025 ▶▶ 12-14

Trampoline

Un nouveau départ pour
Diogo Ganchinho ▶▶ 16

Les Vaudois·e·s à la Fête Romande

Récit des sociétés
présentes ▶▶ 18-19

Gymnastique artistique féminine

Les Vaudoises brillent
aux Championnats
suisses juniors ▶▶ 21

Gymnastique rythmique

Championnats suisses
2024 à Winterthur ▶▶ 22-23

Sport et Santé

Les pathologies du pied
en gymnastique ▶▶ 24-25

Durabilité

La durabilité dans nos
assiettes lors des
concours ▶▶ 27

Gymnastique d'autrefois

Fête fédérale 1909
à Lausanne ▶▶ 28-29

CALENDRIER

AOÛT 2024

09-10.08.2024	WaterRings	Montreux
30.08.2024	Rencontre annuelle des membres honoraires et d'honneur ACVG & Club Magnésie	Lausanne
30.08.2024	Finale vaudoise athlétisme individuel	Lucens

SEPTEMBRE 2024

07-08.09.2024	Championnats suisses de sociétés	Zuchwil
19.09.2024	Rencontre annuelle	Veytaux
21-22.09.2024	Championnats suisses GAM/GAF par équipe	Liestal
21-22.09.2024	Championnats vaudois agrès individuels et Elle & Lui	Corcelles-le-Jorat
28.09.2024	Championnats suisses de gymnastique individuels couples et teams	Clarens

OCTOBRE 2024

01.10.2024	Rencontre annuelle	Grandson
02.10.2024	Rencontre annuelle	Chexbres
03.10.2024	Rencontre annuelle	Montherod
05.10.2024	Cours Fit&Fun et 3 jeux	Lonay
05.10.2024	Cours Kid Gym Agrès	La Tour-de-Peilz
05.10.2024	Jump'in gymnastique aux agrès	La Tour-de-Peilz
11.10.2024	Rencontre annuelle	Assens
24-27.10.2024	Cours de base Parents+enfants	Bulle
26-27.10.2024	Championnats suisses d'aérobic	Lausen
26-27.10.2024	Championnats suisses de gymnastique aux agrès, masculins	Gstaad

NOVEMBRE 2024

03.11.2024	Cours de perfectionnement J+S – Gymnastique et danse	Lausanne
09-10.11.2024	Championnats suisses de gymnastique aux agrès, féminins, individuelles/finale d'engins	Kirchberg
11.11.2024	Séances d'information	Lausanne
16-17.11.2024	Championnats suisses de gymnastique aux agrès, par équipe	Thoune

LE MOT DU PRÉSIDENT

Bonne rentrée !

Avant de reprendre les leçons dans les salles afin de préparer au mieux les différentes compétitions nationales qui vont rythmer la fin de saison, je tiens à tirer mon chapeau à toutes les sociétés qui ont représenté notre bannière à Genève lors de la FRG'24.

Une première partie de saison se terminant avec une fête romande c'est une chose, mais si en plus cette conclusion implique qu'un-e membre de notre association se tienne sur une grande majorité des podiums, c'est d'autant plus exceptionnel ! Et je dois avouer que cela fait toujours très plaisir de voir que le travail que font les sociétés entre leurs murs paie au-delà des frontières de notre canton.

De ce fait, je n'ai que des encouragements à transmettre pour aller chercher ce même type de résultats en dehors de la Romandie. Avec les différents championnats suisses qui arrivent, je suis persuadé que vous saurez reprendre les entraînements en accord avec vos objectifs, mais bien évidemment aussi avec le plaisir qui accompagne ces moments.

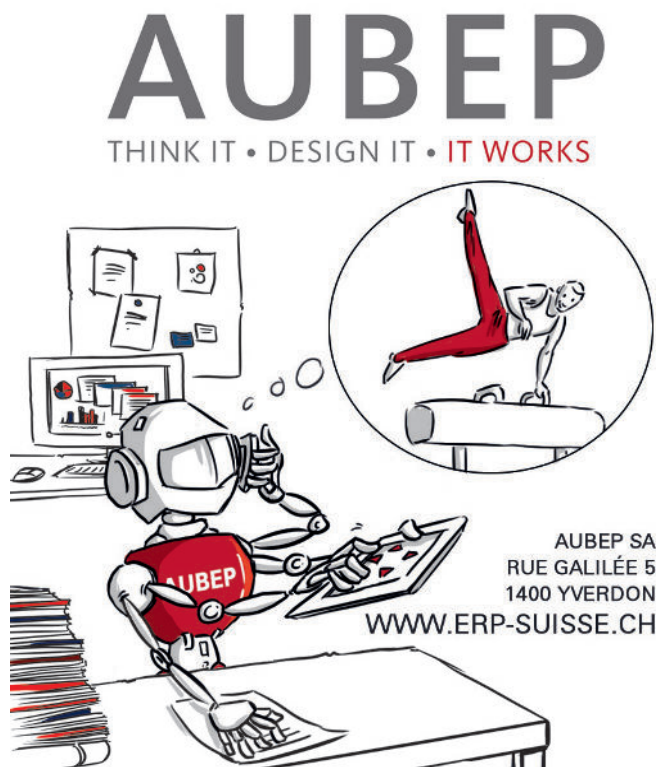
En parlant de fête, mais dans une autre dimension, nous avons vécu en juin dernier le

J-365 de la Fête fédérale à Lausanne, alors que le lancement de la recherche de bénévoles a accompagné cette annonce. Nous en profiterons donc pour revenir vers vous à ce sujet lors des rencontres annuelles dans votre région cet automne. Vivre une fête de cette envergure est un événement majeur dans le parcours d'un-e gymnaste, et le fait de la vivre à la maison aura en plus une saveur toute particulière. N'hésitez pas à vous

y inscrire en tant que gymnaste, athlète, supporter et supportrice ou encore bénévole, tout le monde peut y trouver une place selon ses envies.

En attendant, je vous souhaite à toutes et tous une excellente rentrée sportive ! Vive la gym et vive le canton de Vaud !

Benjamin



GRÂCE À MON
LOGICIEL DE GESTION D'ENTREPRISE
J'AI LE TEMPS DE FAIRE DU SPORT!

Le coin des Centres

Voici quelques nouvelles fraîches des Centres de performance de GymVaud :

CEC Vaud GAF

L'intense saison de compétition s'est terminée avec en point d'orgue les Championnats suisses de Frauenfeld (8-9 juin) auxquels cinq gymnastes du CEC Vaud GAF se sont qualifiées pour y réaliser de très belles performances (P1 : 57^e Mélissa Weinmann de la GA Chablais, P2 : 44^e Maria Humbel de la FSG Montreux, P3 : 7^e Keira Morrison de la GA Chablais, 11^e Darya Motieenia de la FSG Montreux et 23^e Jana Zenari de la FSG Montreux, voir page 21).

L'encadrement technique a trouvé son rythme et travaille de manière cohérente et soudeée. Vivement la suite !

CRP Vaud TRA

Une saison de compétition dense et intense s'est terminée fin juin avec la Nissen Cup à Arosa à laquelle quelques athlètes du CRP ont pris part, sous les couleurs de la Suisse (Coupe du Monde) ou du CRP (Tournoi international) et ont obtenu d'excellents résultats.

Dans la continuité des très bons résultats du début de saison, le succès a été au rendez-vous notamment lors des Championnats suisses quasiment à domicile (Vouvry, Valais) où les athlètes du CRP ont connu des fortunes diverses. Quatre titres natio-

naux, cinq médailles d'argent et une médaille de bronze..., la moisson du CRP fut tout de même de qualité.

La fin de saison fut marquée par l'annonce pleine d'émotion du départ de notre entraîneur-chef – Diogo Ganchinho – pour la Fédération suisse de gymnastique où il officiera en tant qu'entraîneur national (voir p. 16). Il continuera ainsi à œuvrer activement pour le développement du trampoline suisse ! Nous avons eu le plaisir de déjà lui trouver un remplaçant qui sera en poste dès la rentrée d'août – Benvenuti Matteo Martinelli !

CRP Vaud GR

Le mois de juin a également vu la clôture de cette intense saison de compétition avec les Championnats suisses (1-2 juin) qui se tenaient à Winterthur. Les gymnastes du CRP Vaud y ont bien figuré puisqu'elles ramènent trois médailles aux différents classements généraux dont un titre (P3 : Sofia Saari) ainsi que neuf médailles aux finales par engin (voir p. 22-23).

Trois gymnastes avaient auparavant été sélectionnées pour représenter la Suisse lors des Championnats d'Europe de Budapest. Malheureusement à quelques jours de s'envoler pour la Hongrie, Norah Demierre a dû renoncer à ces joutes européennes pour cause de blessure. Cette blessure a nécessité un arrêt prolongé de l'entraînement pour Norah, l'obligeant

également à renoncer aux Championnats suisses. Nous lui souhaitons un prompt rétablissement et nous nous réjouissons de la retrouver à la rentrée, pleinement rétablie ! Charlène Pasche (GR Lucens) et Viktoria Benko (Chêne Gymnastique Genève) ont profité à fond de cette expérience des Championnats d'Europe Juniors avec l'équipe de Suisse et ont livré de très belles performances.

La fin de saison a également été marquée par le départ de notre entraîneur-assistante, Tania Da Mota, qui après plus de huit ans de service a souhaité se tourner vers d'autres horizons professionnels. Merci à Tania pour tout le travail effectué pour le CRP Vaud GR et bonne continuation !

Bonne reprise à tou-te-s les gymnastes !

Francis Buchi

La FSG Yverdon Ancienne au Gymotion : « Tout est parti d'un 'et pourquoi pas nous ?' »

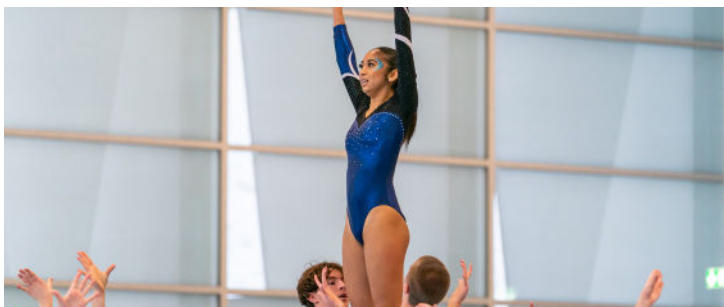
La FSG Yverdon Ancienne fait partie des sociétés sélectionnées pour participer à l'édition 2025 du Gymotion, grand événement qui aura lieu à la Vaudoise Arena le 11 janvier 2025 et dont GymVaud est partenaire. Rencontre avec Ella Hirsbrunner, co-monitrice du groupe monté pour l'occasion.

Ella, comment vous est venue l'idée de tenter l'expérience Gymotion ?

Nous sommes un groupe de quatre copines : Laurine Barraud, Célia Duruz, Léa Segessenmann et moi-même. Tout est parti d'un message dans notre groupe WhatsApp, avec l'appel à candidatures pour le Gymmotion accompagné simplement d'un « et pourquoi pas nous ? ». Et c'est ainsi, en gardant simplement en tête que « qui ne tente rien n'a rien », que nous avons fait toutes les démarches du processus de sélection. Notre envie personnelle de participer au Gymmotion a conduit à motiver l'ensemble du groupe à rejoindre l'aventure !

Et qu'avez-vous présenté comme projet ?

Un projet fou (*rires*). La FSG Yverdon Ancienne, c'est une grande famille qui fête ses 175 ans en 2025. C'est cela que nous voulions mettre en avant. Et le mot d'ordre de Gymmotion en 2025 – en écho à la Fête fédérale de gymnastique – est « Ensemble », ce qui nous a



Crédit photo : Stefan Emch.

très vite inspirées. Nous avons donc imaginé réunir dans la même production des gymnastes de trois à 38 ans ! Cinquante gymnastes font partie du groupe : frères, sœurs, cousins, cousines, mamans, papas, enfants, etc. Ce que nous voulions faire passer comme message, c'est que, chez nous, la passion de la gymnastique se transmet ! Nous ne voulions toutefois pas monter une production intergénérationnelle classique et avons décidé de présenter une combinaison d'engins, la discipline dans laquelle notre société est le plus à l'aise. Nos agrès mixtes ont obtenu une médaille aux derniers Championnats suisses, les Actives et Actifs ont souvent été récompensés dans cette discipline, c'est donc notre spécialité et cela correspond à notre envie de rester authentique !

Qu'attendez-vous de votre participation au Gymmotion ?

Du show et des paillettes ! Tout d'abord, c'est la première

fois que le Gymmotion sort du cadre du Hallenstadion, c'est vraiment une édition unique. Les organisateurs – qui sont eux aussi hors de leur zone de confort – nous inspirent en nous présentant des idées de mise en scène. Et inutile de préciser que le Gymmotion à Lausanne a forcément, pour nous les Vaudois-e-s, une saveur particulière. On joue à domicile, nous sommes familier-ère-s de la Vaudoise Arena, donc y exercer notre passion de la gymnastique devant – nous l'espérons – une salle comble, c'est stimulant ! Quant au fait d'être accompagné-e-s par un groupe de musique live, c'est source d'excitation mais aussi un peu une inquiétude. Notre marque de fabrique, ce sont les musiques dramatiques, épiques mais pour le Gymmotion, c'est un tout autre registre qui nous attend !

Rendez-vous à la Vaudoise Arena le 11 janvier 2025 ! La billetterie est ouverte <https://www.gymotion.ch/fr/>

Propos recueillis par Chantal Reymond

CHAMPIONNATS VAUDOIS AUX AGRÈS ET GYMNASTIQUE DE SOCIÉTÉS

Un concours sous le soleil et la bonne humeur !



Les 25 et 26 mai derniers, la société de gym d'Avenches a accueilli les Championnats vaudois aux agrès et gymnastique de sociétés (CVAGS). Le temps d'un week-end, plus de 1'000 gymnastes ont concouru, offrant un formidable spectacle aux 2'000 spectateur-trice-s ayant fait le déplacement. Un comité externe, composé de 19 personnes, a travaillé pendant plusieurs mois pour que la ville d'Avenches reçoive pour la première fois cette manifestation. En effet, la société de gym organisatrice avait à cœur de mettre en valeur le Nord vaudois et de faire rayonner la gymnastique dans sa région. Heureusement pour les organisateurs et les gymnastes, le soleil a été de la partie durant les deux jours, permettant aux compétiteur-trice-s et aux visiteur-se-s de se restaurer ou de se prélasser à l'extérieur

entre les différentes productions.

Le premier jour était consacré aux concours « adultes ». Les gymnastes vaudois-e-s ont encore une fois montré que notre canton disposait de monitrices et de moniteurs et de gymnastes passionné-e-s, redoublant d'efforts pour proposer des prestations de haut rang. Des anneaux balançants, en passant par le sol, à la gymnastique sans engin, le public a été conquis par les productions proposées. Après une journée de concours, les gymnastes ont eu la possibilité de se désaltérer sur la place de fête avant de se préparer pour la soirée dansante organisée pour l'événement. En effet, une « Fluo Night » s'est tenue dès 21 heures pour faire danser les gymnastes et les visiteurs et visiteuses jusqu'à tard dans

la nuit. Pour l'occasion, tous les participant-e-s avaient revêtu leurs plus beaux habits et accessoires fluo. Quel plaisir de voir toutes ces personnes rassemblées autour d'une même passion, la gymnastique !

Le lendemain, c'était au tour des catégories « jeunesse » de présenter leur travail de ces derniers mois devant une salle comble. Les jeunes gymnastes, tout comme leurs aîné-e-s, ont également brillé grâce à leurs prestations. Ces derniers ont montré que la gymnastique nécessite discipline, force et coordination mais aussi que c'est un sport fédérateur qui permet de vivre et partager des émotions fortes. Le dimanche, les sourires présents sur les visages des jeunes gymnastes et du public en ont été la preuve.

Évidemment, une telle manifestation ne peut avoir lieu sans de nombreux bénévoles. Sur deux jours, une centaine de bénévoles ont mis la main à la pâte pour que les visiteuses et visiteurs et les gymnastes soient accueilli-e-s dans les meilleures conditions possibles. Le comité d'organisation tient à les remercier chaleureusement pour leur aide indispensable.

Pour conclure, nous souhaitons féliciter les moniteur-trice-s et les gymnastes pour leur investissement et remercier tou-te-s les spectatrices et spectateurs d'avoir fait le déplacement jusqu'à l'ancienne capitale de l'Helvétie romaine. La société Gym Avenches espère d'ores et déjà pouvoir vous accueillir à nouveau chez elle pour une nouvelle manifestation !

Vincent Stanic

Crédit photos : Adelin Lutumba, Dooze Production.



CHAMPIONNATS VAUDOIS À AVENCHES

Le mot de GymVaud

Avenches a mis les petits plats dans les grands pour accueillir les sociétés d'agrès et de gymnastique du canton, ainsi que les responsables de concours de GymVaud les 25 et 26 mai derniers. C'est dans la magnifique salle triple de Sous-Ville que les gymnastes actives et actifs ont présenté leurs productions le samedi : 28 en agrès et 59 en gymnastique. Toutes les catégories ont bien été représentées, sauf l'aérobic malheureusement, pour laquelle nous avons dû renoncer au concours par manque de concurrent-e-s. Nous avons malgré tout réussi à faire une place à la société d'Yvonand avant la proclamation des résultats avec une démonstration qui lui a permis de bénéficier d'un jugement pour pouvoir améliorer sa production en vue de prochains concours (notamment la Fête romande). Cette bonne journée de concours a fait place ensuite à la fête au sens premier du terme dans la grande tente installée à côté de la salle et ce, jusque tard dans la nuit ou tôt le matin, c'est selon !

Le dimanche matin, dès 7h30, c'était au tour de la jeunesse avec un programme très dense doté de 49 productions en agrès et 71 en gymnastique. Pour cette discipline, nous avons

dû modifier notre programme et priver les sociétés de la salle d'échauffement de La Cure, afin de répartir les différentes catégories sur deux sites. Nous avons été victimes de notre succès, la perspective de la Fête romande quelques semaines plus tard a probablement joué un rôle ici. En effet, ce week-end de Championnat vaudois était la dernière possibilité pour les sociétés et leurs gymnastes de faire évaluer les productions préparées avec soin depuis quelques mois en vue du grand rendez-vous romand. En gymnastique, les monitrices et moniteurs ont pu bénéficier d'un retour des juges avec quelques bons conseils pour effectuer de petites adaptations de dernière minute.

Ce concours a également été LE rendez-vous pour les juges de sociétés en formation. Le samedi, cinq juges en gymnastique se sont préparés pour leur examen pratique d'août sous l'œil attentif de Marylise Monnet, responsable de la formation pratique de la Région 6. Plus de dix juges en agrès ont passé leur examen pratique, supervisé par Jérôme Pasche. Toutes et tous ont réussi cette dernière épreuve. Nous sommes heureux-ses de participer à la formation des juges, sans eux et elles nous ne

pourrions pas organiser de concours !

Concrètement, pour un Championnat vaudois, nous avons besoin de 20 juges par jour (dix par discipline); cela représente environ 24 heures de jugement en deux jours. En gymnastique, notons que plusieurs juges de sociétés de la région romande, actives depuis de nombreuses années, ont décidé d'arrêter en 2025, après la Fête fédérale. Cette discipline est déjà actuellement en manque de juges, et nous lançons donc un appel : formez-vous afin de pouvoir maintenir nos concours !

Nous profitons aussi de ces quelques lignes pour réitérer nos remerciements à la FSG Avenches et au comité d'organisation ; l'accueil a été parfait, aussi bien concernant les repas, la petite restauration, l'idée du glacier, que l'animation du samedi soir. Nous reviendrons avec grand plaisir !

Vous trouverez tous les résultats détaillés sur notre site internet.

*Angela Neuhaus
GymVaud
Divisions Agrès & Gymnastique*



Comme vous, grâce
à l'engagement de
nombreux volontaires,
**nous assurons nos
missions.**

www.eca-vaud.ch

 **ECA**
Prévenir Secourir Assurer

LES NOUVEAUTÉS DE LAUSANNE 2025

Le cap de J-365 étant désormais passé, la Fête prend forme. Voici un résumé des nouveautés Lausanne 2025.

Le programme sportif de la Fête

Dans moins d'une année, la Ville de Lausanne se verra investie par 70'000 gymnastes et quelque 300'000 spectateurs et spectatrices. Mais où va aller tout ce monde ? Que vont-ils et elles faire ?

Dans le Quartier Ville se concentreront les activités de gymnastique aux agrès et l'athlétisme. Les compétitions auront lieu au stade de la Pontaise, à Beaulieu, sur l'Esplanade de Montbenon, ainsi que dans les salles de gymnastique du Quartier.

Aux abords du Léman, dans le Quartier Lac, la balle à la corbeille, la balle au poing, les jeux nationaux, l'athlétisme, le volleyball et l'unihockey prendront place de Dorigny à la zone sportive de Vidy en passant par la Vallée de la Jeunesse.

Le programme sportif complet est disponible sur lausanne2025.ch/programme-sportif.

Le programme festif

Au bord du Léman, le Quartier Fête sera l'épicentre de l'animation festive de Lausanne 2025. Chaque soir, gymnastes et spectateur·trice·s se rassembleront pour partager un moment de convivialité. Ce Quartier s'étendra de la place de la Navigation au Quai du Vent-Blanc et comprendra un village partenaire, la maison du sport vaudois, un parc gourmand, ainsi que les grandes tentes festives emblématiques des fêtes fédérales.

D'autres événements, répartis dans la Ville et ses environs, viendront également compléter les festivités :

- Jeudi 12 juin 2025, l'ouverture, à Montbenon
- Dimanche 15 juin 2025, la cérémonie de clôture jeunesse au Stade de Coubertin

- Vendredi 20 juin et samedi 21 juin, le Show Lausanne 2025 à la Vaudoise aréna
- Samedi 21 juin 2025, le cortège, de l'Esplanade Montbenon à la Place de la Navigation
- Dimanche 22 juin 2025, la cérémonie de clôture au Stade de la Tuillière.

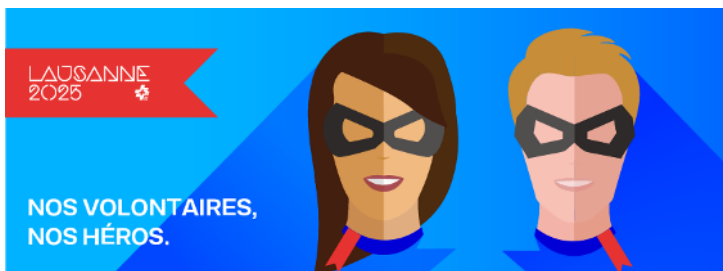
Toutes les compétitions et cérémonies sont gratuites hormis le Show à la Vaudoise Arena.

Afin d'en savoir plus sur chacun de ces événements, rendez-vous sur lausanne2025.ch/programme-festif.

Ouverture des inscriptions des volontaires de masse

Les inscriptions des volontaires pour la prochaine Fête fédérale de gymnastique Lausanne 2025 sont officiellement ouvertes, marquant le début d'une aventure exceptionnelle pour des milliers de volontaires.

Peu avant et durant la Fête fédérale de gymnastique en juin 2025, le Comité d'organisation recherche entre 4'000 et 5'000 volontaires motivé·e·s. En termes de gestion, cela représente environ 100'000 heures de volontariat. Cette mobilisation massive est essentielle pour assurer le bon déroulement de la Fête.



Afin de connaître les différentes opportunités de vous investir pour la Fête ainsi que les avantages offerts aux volontaires, rendez-vous sur lausanne2025.ch/volontaire.

Une approche intégrée de la durabilité

Conscient·e·s des impacts potentiels d'événements de cette envergure, le Comité d'organisation Lausanne 2025 s'appuie sur une stratégie à huit piliers :

1. Mobilité : favoriser des modes de déplacement à faible impact.
2. Restauration : privilégier une restauration locale, équilibrée et bas carbone afin d'offrir une expérience à la fois gourmande et respectueuse de l'environnement.
3. Ressources : gérer de manière efficace et protéger les ressources naturelles, en adoptant notamment des mesures de réduction des consommations.
4. Partenariats : collaborer avec des partenaires respectant nos critères de durabilité.
5. Égalité et inclusion : assurer que l'événement soit accessible et inclusif pour toutes et tous; veiller à l'égalité de représentation dans les comités.
6. Pratiques d'achats : sélectionner des pro-

duits de merchandising uniquement européens et utiles ; collaborer avec des prestataires locaux ; assurer une deuxième vie à un maximum d'objets produits.

7. Gestion des déchets : adopter, dès la planification, des pratiques de réduction, de réutilisation et de recyclage des déchets.
8. Impact social : veiller au bien-être et à la satisfaction des différents publics ; les sensibiliser sur les enjeux sociétaux liés au sport.

Pour renforcer cette approche, un Fonds durabilité a été créé solidairement avec les partenaires de la Fête pour financer des initiatives innovantes et impactantes. Ce Fonds permet de soutenir des projets spécifiques visant à améliorer l'impact social ou environnemental des mondes sportif et événementiel tout en promouvant une culture de la durabilité et un héritage après la manifestation. Un appel à projet est en cours: si vous avez une idée, n'hésitez pas à consulter les conditions de participation et critères de sélection disponibles sur lausanne2025.ch/fonds-durabilite !

ENSEMBLE, l'hymne Lausanne 2025

Dans l'effervescence des préparatifs de Lausanne

2025, s'élève une mélodie. Intitulé ENSEMBLE, l'hymne officiel de la Fête est une promesse d'émotions, une invitation à vivre intensément chaque instant de cet événement exceptionnel. Ses paroles, trilingues en français, suisse-allemand et italien, invitent à se rassembler et à partager des moments de joie. Elles transcendent les barrières linguistiques pour toucher chaque Helvète.

Vous trouverez ENSEMBLE sur toutes les plateformes de streaming audio ainsi que sur lausanne2025.ch.

Cartes de Fête

Trois types de cartes de fête adaptées aux différents publics sont proposés : A pour les gymnastes adultes, B pour les jeunes gymnastes né·e·s en 2008 ou après, et C pour les supporter·trice·s et accompagnant·e·s. Chaque carte offre divers avantages comme la participation aux compétitions (catégories A et B), l'accès à toutes les cérémonies (sauf le Show à la Vaudoise aréna) et l'entrée à la piscine de Bellerive, ainsi que des réductions sur les activités culturelles et touristiques à Lausanne pendant la Fête et dans le canton de Vaud jusqu'à fin décembre 2026.

Toutes les informations en lien avec la Carte de Fête se trouvent sur lausanne2025.ch/cdf.

Quelques dates à retenir

- 1^{er} octobre 2024 : ouverture des inscriptions pour les sociétés de gymnastique ;
- 1^{er} décembre 2024 : fermeture des inscriptions de l'offre de compétition principale ;
- 28 février 2024 : fermeture des inscriptions de l'offre complémentaire.

Avez-vous des questions ? N'hésitez pas à nous contacter à info@lausanne2025.ch.

Avec nos salutations sportives,
Le Comité d'organisation Lausanne 2025

Devenir speaker à la Fête fédérale de gymnastique Lausanne 2025

La 77^e Fête fédérale de gymnastique (FFG) se tiendra l'année prochaine du 12 au 22 juin à Lausanne. Les concours des gymnastes individuel-le-s, des jeunes et des jeux sont prévus le premier week-end, du 12 au 15 juin, tandis que les concours de sociétés des actif-ve-s, dames/hommes et senior-e-s se dérouleront le deuxième week-end, du 19 au 22 juin.

Afin de répondre aux critères que nous nous sommes fixés et de permettre à votre association cantonale de mettre en place un pool de speakers pouvant officier sur vos différentes manifestations (championnat cantonal, fête de gymnastique, ...), nous souhaitons proposer aux

personnes intéressées de venir se former pour vivre la fête fédérale un micro à la main, afin d'animer les sites de compétition.

Une formation spécifique liée à la FFG2025 sera dispensée à Lausanne. Durant cette formation, les fonctions et attributions du speaker seront présentées ainsi que tous les déroulements liés aux événements (jingle, etc...). La gestion et communication en cas de crise seront également abordées et permettront à chacune et chacun de se préparer au mieux à l'événement.

Merci à vous de relayer notre demande auprès de vos membres afin que toutes les personnes intéressées

puissent prendre contact avec nous. En cas d'intérêt à la fonction de speaker, merci d'écrire à concours@stv-fsg.ch.

Nous nous tenons à disposition pour toutes questions que vous, ou vos membres, pourriez avoir concernant le rôle de speaker au sein de la Fête fédérale de gymnastique Lausanne 2025.

En vous souhaitant un bel été gymnique, recevez nos plus sportives salutations.

Pour la Fédération suisse de gymnastique,

Julien Crisinel, Directeur général des concours

ANNONCEURS



ervy
JUST SPORTS

VÊTEMENTS DE GYMNASTIQUE POUR
LES CLUBS SPORTIFS
& LES PARTICULIERS

pour hommes

coupe justaucorps

*PERSONNALISEZ
DANS LES COULEURS
DE VOTRE CHOIX!*

MarkPro
www.markpro.ch
25 ANS D'EXPÉRIENCE

ALARIA 11774.28/5
coupe combinaison

@ervy_sports_fashion @markpro_8305



VOS BÉNÉVOLES, VOS HÉROS. **EHRO**

SOLUTION DE GESTION DE BÉNÉVOLES - WWW.EHRO.APP

Un nouveau départ pour Diogo Ganchinho

L'ex-entraîneur-chef du CRP trampoline va bientôt devenir entraîneur national. À l'occasion d'un petit événement interne qui visait à lui dire au revoir et à le remercier, Diogo a prononcé un discours que nous avons plaisir à reproduire ici.

« Je suis arrivé dans ce Centre en août 2022. Nous avons commencé à travailler dès le premier jour, et lorsque nous sommes montés au Lac de Taney, j'ai compris que la marche allait être longue et difficile, mais qu'à la fin nous aurions ce paysage incroyable comme récompense.

Je n'aurais jamais pu effectuer mon travail sans la collaboration des parents, l'aide de l'Association, des volontaires et, surtout, de mon collègue et de mon chef. Tout devient plus facile quand les gens vous font confiance.

*Nous n'avons pas besoin de plus de motivation,
Nous avons besoin de plus de maîtrise de soi.*

*Nous n'avons pas besoin de plus de temps,
Nous avons besoin de moins de distractions.*

*Nous n'avons pas besoin de plus d'envie,
Nous avons besoin de meilleurs systèmes*

*Nous n'avons pas besoin d'être réalistes avec nos objectifs,
Nous avons besoin des meilleures personnes autour de nous.*

*Nous n'avons pas besoin de plus de choses,
Nous devons être plus reconnaissants de ce que nous avons.*

Enfin, cette semaine, nous avons accueilli un nouveau coach. Nous avons parlé de systèmes, de formation, de pédagogie, d'expériences... et, à la fin, il a dit que ce qui l'avait le plus impressionné n'était pas seulement notre organisation, mais aussi l'environnement dans lequel nous travaillons. Et ça, c'est le fruit du travail de nous tous. Merci de m'avoir permis d'en faire partie.

Le meilleur sentiment que l'on puisse éprouver lorsqu'on s'installe dans un autre pays, lorsqu'on change de vie, lorsqu'on change tout ce qui nous entoure, c'est de sentir que l'on fait partie de quelque chose, de quelqu'un, et d'emporter un peu de tout cela avec soi. J'emporterai sans aucun doute un peu de tout ça avec moi pour le reste de ma vie. J'espère que vous aussi, vous pouvez emporter quelque chose de moi, de notre travail ensemble.

Certains d'entre vous m'appellent « Sensei ». N'oubliez pas que cette salle est un peu notre temple : un lieu de respect, d'entraide, d'apprentissage, de reconnaissance et de camaraderie, où nous pouvons être sérieux et sourire en même temps. Sentez-vous toujours chanceux d'entrer dans cette salle et reconnaissants d'avoir toujours quelqu'un pour vous donner un coup de main et vous aider à grandir en tant qu'athlètes, humains et surtout... Ninjas, mes Ninjas préférés, mes héros de tous les jours».

Diogo Ganchinho



Pour le plaisir de faire de la gymnastique ensemble

Coop soutient des fêtes de la gymnastique locales, régionales, cantonales et fédérales, et environ 2800 clubs de gymnastique en Suisse.



Coop est partenaire platine de la
Fédération suisse de gymnastique.

The Coop logo consists of the word 'coop' in a lowercase, rounded, orange font.

Pour moi et pour toi.

HAV Diffusion.ch

Impression **Broderie**

***Vous fournit toutes sortes de vêtements,
pour clubs et entreprises***

Ch. Des Mouettes 1 – 1027 Lonay – 021 803 01 84

LES VAUDOIS·E·S À LA FÊTE ROMANDE

Nous félicitons tou-te-s les gymnastes vaudois-e-s pour leur participation et leurs excellents résultats et vous renvoyons au site internet de GymVaud pour les listes détaillées. Dans cette édition, nous avons choisi de laisser la plume à deux sociétés du canton pour qu'elles narrent leur participation à la dernière Fête romande ; il s'agit de la FSG Baulmes qui ramène dans le Nord-vaudois un magnifique titre de champion romand à la barre fixe et de la FSG Yvonand qui, quant à elle, truste la première marche du podium romand de la combinaison d'engins depuis plusieurs années maintenant (quatre titres consécutifs entre 2005 et 2024) !

FSG Baulmes

Petit, puissant, ici c'est Baulmes !

Un nouveau cri de guerre qui leur a fait pousser des ailes !

À la suite de l'annonce du speaker « Team agrès FSG Baulmes », on peut entendre dans les gradins : « Mais c'est où ça ? ça existe ? » Eh bien oui... il s'agit d'un village de 1'100 habitants dans le Nord vaudois, non loin d'Yverdon-les-Bains, qui a la chance d'avoir une société de gymnastique forte de près de 100 membres.

Le réveil fut bien matinal en ce dimanche de juin. Nous avons pris la direction de Genève avec un groupe de 23 gymnastes, accompagnées de quelques parents : atelier coiffure, siestes, répétitions des chorés ont été au menu du voyage. Arrivé sur place, le groupe M13 a ouvert les feux avec la combinaison d'engins. Tout n'a malheureusement pas été parfait, la faute à quelques chutes, et la déception s'est lue sur le visage des aides-monitrices qui ont conçu

et monté le programme, et pour qui c'était la première saison à la tête du groupe. Mais il ne fallait pas baisser les bras et laisser la déception prendre le dessus, la journée n'était pas terminée.

Remise de ses émotions, la joyeuse équipe s'est dirigée vers la salle Aimé-Stittemann où se déroulait la compétition à la barre fixe. Les filles, qui avaient remporté le titre de vice-championnes vaudoises quelques semaines auparavant, ont senti monter la pression, mais il ne fallait pas craquer. Les parents présents ont donné tout ce qu'ils ont pu, puis il y a eu l'essai musique et c'était parti. Les tours ont filé, l'ambiance est montée et les émotions aussi ! À ce moment, peu importait la note, toutes étaient fières de ce qu'elles avaient présenté, mais l'attente fut longue jusqu'aux résultats, les monitrices n'ayant pas dévoilé la note. Puis, le verdict est enfin tombé : « La Team Agrès Baulmes est championne romande », quel beau cadeau pour ce groupe qui fêtait alors son dixième anniversaire !



Au fil des ans, le groupe a grandi et s'est fait un nom dans le paysage de la gymnastique vaudoise et romande. Toutes et tous peuvent être fier-e-s de leur beau palmarès avec notamment plusieurs titres de champion vaudois et romand à la barre fixe et en combinaison d'engins. Un immense merci aux monitrices et aides-monitrices pour leur engagement !

Pour la FSG Baulmes,
Sophie Guinchard

FSG Yvonand

Au moment de se rendre à la FRG'24, un sentiment différent que celui ressenti pour les autres compétitions plane sur les Actifs-Actives d'Yvonand. Chaque gymnaste connaît l'enjeu... notre groupe a glané les trois derniers titres de la Fête romande à la combinaison d'engin (CE)! Un sacré défi nous attend donc aujourd'hui, afin de tenter de réitérer cette performance. En effet, de Guin en 2005 à Genève en 2024, 19 ans séparent ces deux fêtes romandes, avec dans l'intervalle, Neuchâtel en 2012 et Lausanne en 2018.

En 2005, cela faisait cinq ans que nous nous étions lancé-e-s dans la discipline de la combinaison d'engins, avec un certain succès. Bien que la discipline fût relativement récente, la concurrence était déjà rude. Nous nous étions imposé-e-s de peu devant Serrière, nos grands concurrents de l'époque.

En 2012, le groupe était à son apogée dans la discipline, avec des titres de champion suisse glanés en 2007, 2008 et 2011. Nous avons su gérer la pression de nous présenter en tant que favoris et avons confirmé le titre remporté sept ans plus tôt. En 2018, nous n'étions plus favoris, Aigle-Alliance nous ayant devancés aux Cham-



pionnats vaudois. Mais là encore, nous avons su être prêt-e-s le jour J pour remporter un troisième titre consécutif.

Nous voilà donc à Genève, 19 ans après notre premier titre à une fête romande. La journée est intense, car nous sommes aussi aligné-e-s au saut, et parvenons à nous qualifier pour les deux finales. Aigle-Alliance, nos grands rivaux, sont devant nous lors du tour préliminaire. Il faut non seulement vaincre la fatigue de la journée pour refaire la production en finale, mais aussi réussir une excellente prestation pour espérer passer devant.

L'esprit d'équipe et la cohésion de notre groupe ont toujours été une force. Lors de ces moments de compétition, cela génère une énergie qui nous porte. Grâce à cette énergie, nous réalisons une très belle performance lors de la finale. Mais cela suffira-t-il pour remporter le concours ?

Tou-te-s rassemblé-e-s dans les gradins au moment des résultats, le speaker annonce notre titre de champion romand à la CE : l'émotion est intense ! Nous avons relevé le défi ! Un quatrième titre consécutif dans la discipline depuis 19 ans, c'est juste incroyable ! Nous mesurons la portée de cet exploit en réalisant que les plus jeunes du groupe n'étaient pas né-e-s lors du premier titre, en 2005...

Les années passent, les gymnastes et moniteur-trice-s se sont succédé. Nous avons même changé de société en passant de Pomy à Yvonand (pour des raisons d'infrastructures), mais après toutes ces années, la CE reste dans notre cœur. Aujourd'hui nous avons marqué l'histoire de notre groupe, grâce à tou-te-s les sportif-ve-s passionné-e-s qui en ont fait partie depuis de nombreuses années.

Francis Gruet, Aline Ray

**génération digitale,
+ qu'une copie
conforme**

devillard.ch

GED · COPIEURS · IT

devillard

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE

Les Vaudoises brillent aux Championnats suisses juniors

Les gymnastes féminines du canton ont une fois de plus démontré leur talent et leur détermination lors des Championnats suisses juniors, laissant entrevoir un avenir prometteur pour la gymnastique vaudoise. Avec sept gymnastes en lice dans différentes catégories, notre délégation a marqué les esprits par des performances remarquables. Parmi les moments forts de cette compétition, citons notamment la performance de Keira Morrison qui se distingue particulièrement. Dans la catégorie P3, elle a réussi à se classer à une excellente 7^e place, témoignant de sa maîtrise tech-



Keira à la poutre lors de la journée vaudoise en mars dernier
Crédit photo : Jeffrey Guignard.

nique et de sa constance. GymVaud est fière de ses sept gymnastes, qui ont toutes démontré un potentiel énorme pour les compétitions à venir. Ces jeunes athlètes incarnent l'excellence et la détermination, et nous nous réjouissons d'assister à leur développement futur.

Un immense merci est adressé aux entraîneurs et bénévoles des clubs de gymnastique du canton. Leur engagement et leur dévouement permettent à nos jeunes gymnastes de s'entraîner dans les meilleures conditions possibles, leur offrant ainsi les outils nécessaires pour exceller lors des compétitions. Les résultats obtenus lors de ces Championnats suisses juniors sont de bon augure pour les Championnats suisses par équipe qui se dérouleront à la fin du mois de septembre. La détermination et le talent des jeunes gymnastes vaudoises promettent de belles performances à venir, renforçant ainsi la réputation du canton en matière de gymnastique artistique.

Nous souhaitons bonne chance à toutes nos gymnastes pour la suite et tenons encore une fois à exprimer notre gratitude à tous les clubs, entraîneurs

et bénévoles qui contribuent chaque jour à l'épanouissement et au succès de ces jeunes athlètes. Grâce à leur engagement et à leur passion, la gymnastique vaudoise continue de rayonner sur la scène nationale ; le canton peut être fier de ses talents gymniques et se réjouir des succès futurs qui, sans aucun doute, viendront couronner les efforts de chacun et chacune. En route vers de nouveaux exploits et que la gymnastique vaudoise continue de briller !

Fabien Martin
Entraîneur-chef, CEC Vaud
GAF

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Championnats suisses 2024 à Winterthur

Cette année, les Championnats suisses de gymnastique rythmique se sont déroulés à Winterthur dans le magnifique complexe de l'AXA Arena. Cet événement a rassemblé les meilleures gymnastes du pays, offrant un spectacle d'une rare intensité et démontrant toute l'excellence de cette discipline exigeante. Les organisateurs de RG Winterthur ont fourni une infrastructure moderne et des installations sportives de premier ordre. L'AXA Arena a été le lieu idéal pour accueillir ce championnat. Responsable vaudoise de la discipline, ainsi que cheffe des juges, Chantal Patriarca commente : « La compétition s'est déroulée dans une salle magnifique et tout a été mis en place pour un championnat suisse exceptionnel. Le CO a fourni un travail énorme et l'organisation a été sans faille, permettant aux spécialistes du code de pointage de garder leur attention sur les prestations des gymnastes ». Le public, venu nombreux, a pu profiter d'un événement parfaitement organisé, où chaque détail a été soigneusement pensé. Les gymnastes ont pu participer à une flash mob et ont eu également la chance d'être accompagnées par une mascotte Lion durant le week-end, éléments créant ainsi une ambiance festive et chaleureuse.



Sofia Saari du CRP Vaud / Crédit photo : Martine Tetton.

Pour ce grand rendez-vous annuel de la gymnastique rythmique suisse, nos gymnastes vaudoises se sont à nouveau brillamment illustrées. Le CRP Vaud était ainsi représenté par neuf gymnastes individuelles, GR Nyon avec une gymnaste individuelle, alors que la SFEP Bex se présentait avec son groupe G2 ruban. À noter toutefois l'absence pour cause de blessure de la championne suisse en titre, la vaudoise Norah Demierre. Elle était présente pour soutenir ses coéquipières vaudoises. Parmi les moments forts, on retiendra la performance

éblouissante de Sofia Saari (CRP Vaud), qui a dominé la catégorie P3 tout au long de la compétition. Son expression artistique et sa maîtrise technique ont été largement saluées. De son côté, Lili Benko (CRP Vaud), une étoile montante de la GR suisse en catégorie Pré-junior P4, a su gérer la pression malgré son jeune âge et termine avec une belle médaille de bronze. Dans cette même catégorie, nous retiendrons également les performances de Michal Bobritsky de GR Nyon, qui a réussi à se qualifier pour cette finale nationale. En effet, cet objectif est extrê-

mement difficile à atteindre pour des gymnastes individuelles ne s'entraînant pas dans un centre régional de performance. Elle a démontré son savoir-faire avec enthousiasme et assurance. Du côté des juniors, Viktoria Benko (CRP Vaud) loupe de peu le titre national. La jeune gymnaste de Chêne Gymnastique termine avec une belle médaille d'argent au concours général et se place dans trois finales par engin en argent puis gagne l'or au cerceau. Sa coéquipière Charlène Pasche termine quant à elle au pied du podium au concours général puis gagne l'or à la finale ballon. Tout juste de retour du championnat d'Europe à Budapest, ces deux gymnastes ont eu l'honneur de représenter la Suisse à cette occasion. Bravo pour leur travail accompli durant cette saison !

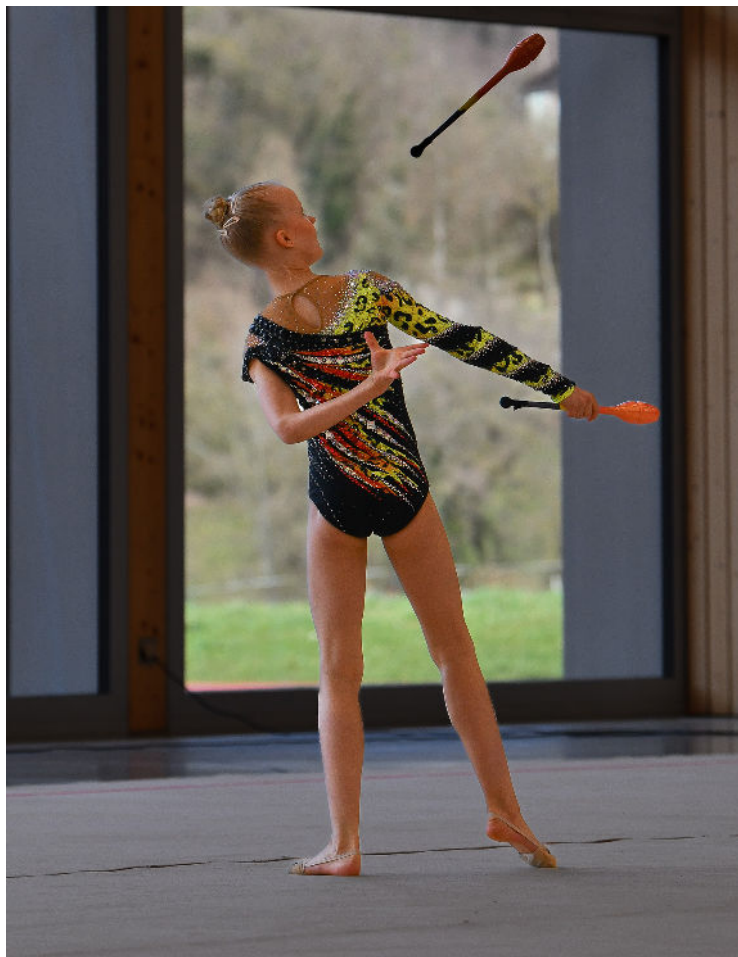
En catégorie senior, la compétition faisait rage. Forte de sa participation aux Championnat d'Europe avec l'équipe slovène, Nika Zajc a su défendre les couleurs vaudoises et a récolté à son tour une pluie de médailles : le bronze au concours général, l'or à la finale ballon, l'argent aux massues, puis le bronze à la finale cerceau. En catégorie ensemble, la concurrence était aussi rude. Seules représentées vaudoises en groupe cette année, les gymnastes de la SFEP Bex ont livré une belle prestation pour leur

première année en G2. Les gymnastes de Kelly Ecuyer terminent ainsi 5^e et démontrent qu'il faudra compter sur elles pour les années à venir.

En conclusion, l'édition 2024 des Championnats Suisses GR a été un véritable succès, tant sur le plan sportif que sur le plan organisationnel. La cheffe des juges, Chantal Patriarca souligne cette réussite : « Le jugement s'est bien passé dans sa globalité. Vingt-quatre juges ont œuvré pendant 10h et 8h dimanche.

Ils-elles ont travaillé pour obtenir un classement fidèle au déroulement de la compétition et au niveau des gymnastes ». Cet événement a non seulement mis en lumière la beauté et la complexité de la gymnastique rythmique, mais il a aussi renforcé l'amour du sport parmi les participantes et les spectateur-trice-s. De plus, ces résultats semblent de bon augure pour la relève vaudoise dans cette discipline. La GR vaudoise se porte donc à merveille !

Marie-Julie Papaux



Les pathologies du pied en gymnastique

Nous allons faire ici une présentation des différentes pathologies du pied que l'on peut rencontrer chez une ou un gymnaste, puis nous parlerons des semelles orthopédiques et des chaussures de sport, car lors de la préparation physique, il est nécessaire de porter des chaussures adaptées, contrairement à la gymnastique ou l'on évolue le plus souvent en rythmiques ou à pieds nus.

Mais avant cela, il convient de fournir un bref aperçu anatomique du pied : celui-ci est constitué de 26 os, 17 articulations et 20 muscles. Il joue un rôle primordial dans l'équilibre, la propulsion et l'amortissement, facteurs extrêmement importants en gymnastique. C'est pourquoi, lorsqu'un souci arrive, il est nécessaire d'y remédier au plus vite afin d'éviter des problèmes pouvant aller jusqu'à la modification du positionnement du pied, puis de la jambe et, par conséquent, de la posture.

Les pathologies cutanées

Ce sont les problèmes que l'on rencontre le plus souvent chez les jeunes pratiquant·e·s, qui sont souvent à pieds nus, en chaussures ou en rythmiques.

MOTION LAB

Premièrement, citons la transpiration excessive (hyperhidrose) qui se traduit par une production exagérée de sueur par les glandes sudorales et qui peut apparaître à partir de sept ans. Elle s'explique généralement par la macération et par des surinfections bactériennes et fongiques qui favorisent les verrues et eczémas.

Traitement :

Supprimer les matériaux synthétiques des rythmiques ou chaussettes ; Utiliser des antirespirants (mais peu efficaces) ; Faire des séances d'ionophorèse. Cela consiste à faire passer un courant électrique dans les pieds en plaçant ceux-ci dans deux bassines d'eau reliées à un boîtier de contrôle qui module l'ampérage. Nous recommandons six à huit séances de 20 minutes ; ce traitement fonctionne également pour les mains (nous pensons notamment ici à la gymnastique rythmique).

Deuxièmement, il y a la verrue. Quand cette tumeur bénigne n'est pas doulou-

reuse et fait moins de trois millimètres, on n'y touche pas, car 70% d'entre-elles disparaissent spontanément entre un et deux ans. À l'inverse, il est nécessaire d'essayer la retirer en cas de douleur ; dans cette situation, il faut privilégier une visite chez le·la dermatologue plutôt que les topiques externes que l'on trouve en pharmacie. Quand la verrue est sèche, elle n'est pas contagieuse ; en revanche, si elle suinte, il faut y appliquer un pansement pour éviter de la disséminer sur les agrès et de la transmettre à ses partenaires d'entraînement.

Troisièmement, mentionnons l'ampoule (phlyctène), une brûlure cutanée due à des frottements et à des pressions. Pour l'éviter, il faut commencer par investiguer la raison de son apparition (des rythmiques trop petites par exemple). En ce qui concerne les mains, attention aux cuirs neufs. En prévention, il est possible d'appliquer un pansement hydrocolloïde (de type Compeed), mais ces derniers ne

doivent pas être appliqués une fois que l'ampoule est présente. Lorsque cette dernière n'est pas percée, on l'incise pour évacuer le liquide, puis on applique un antiseptique et une teinture (de type Eosine), avant de poser des compresses enduites de vaseline (tulle gras) et finalement un pansement de Tensoplast.

Les pathologies unguéales

L'ongle incarné se caractérise par un ongle qui rentre dans le bourrelet du sillon, le plus souvent au niveau du gros orteil (hallux). Quand celui-ci apparaît sur la base de l'ongle (proximal), la chirurgie est souvent nécessaire, mais quand il se situe sur le bord libre (distal), il s'explique souvent par mauvaise coupe de chaussure, ou par le port d'une pointure trop petite. Il ne faut donc pas attendre que l'infection arrive, mais venir consulter rapidement, ceci dès que la ou le jeune gymnaste se plaint de douleur et qu'une rougeur et un gonflement se présentent.

L'onychomycose, quant à elle, est synonyme d'un ongle à l'aspect anormal (couleur jaune, verdâtre... épaisseur sur plusieurs couches et qui part en poussière tout en étant odorante). On peut la confondre avec un ongle traumatisé et il est donc nécessaire de

consulter un-e spécialiste qui pourra faire un diagnostic. En cas de doute, on fera un prélèvement unguéal pour une analyse en laboratoire. Le traitement consiste en un vernis spécifique qu'il faut appliquer pendant plusieurs mois.

Autres pathologies

Les pathologies de croissance (ostéochondroses) sont fréquentes chez les jeunes gymnastes. Elles se situent souvent au niveau du talon (syndrome de Sever), du sésamoïde (syndrome de Renander), de la seconde tête métatarsienne (syndrome de Freiberg) et du naviculaire (syndrome de Kohler).

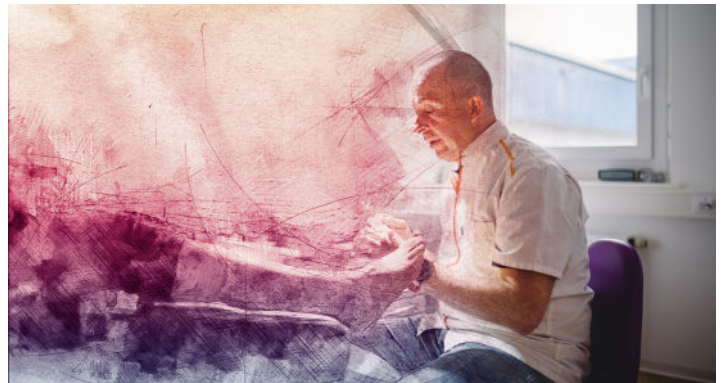
Elles apparaissent généralement vers huit ans et peuvent durer jusqu'à l'âge de 16 ans ; dans ce cas, il est important de consulter un-e médecin du sport, un-e physio ou un-e podologue. Le traitement est différent selon la pathologie, mais il est parfois nécessaire de

changer de chaussures de sport. Les chaussures de sport et les semelles orthopédiques.

Si l'athlète doit courir lors de la préparation physique, elle-il doit avoir des chaussures de running et si elle-il effectue un travail de renforcement en salle, il est impératif de porter des chaussures de salle (de type handball ou volleyball), car adaptées pour les sauts et présentant une bonne stabilité. Lors des entraînements de gymnastique, le port de semelles orthopédiques ne peut se faire vu que la pratique se fait nu-pied. Cependant, des semelles peuvent être mises dans les chaussures de la vie courante de la pratiquante ou du pratiquant et aussi lors des séances de condition physique.

ET comme le dit bien Horace : « S'habiller à sa taille, et se chauffer à son pied : voilà la sagesse. »

*Arnaud Goutorbe,
podologue du sport*





Many Ways

many-ways.ch



Textiles techniques durables
et personnalisables.

La durabilité dans nos assiettes lors des concours

Petit bilan durabilité après une saison de manifestations gymniques. Au-delà des performances, la restauration est un aspect crucial de nos rassemblements. À l'heure du changement climatique, comment allier durabilité et traditions ? Entrevue avec Nicole Casucci, présidente du comité d'organisation (CO) de Lausanne Amis-Gym pour le Challenge vaudois de gymnastique Tests 2024 (CVGT) et Claude Casucci, président de Lausanne Amis-Gym.

Lors du CVGT, aucune frite à l'horizon ! Selon Nicole Casucci, « tout le monde était d'accord » au sein du CO, affirme-t-elle. Au contraire, des

brochettes de fruits étaient proposées, elles ont rencontré un franc succès ! Concernant le plat principal, nous avons retrouvé les fameux burgers, version bœuf ou halloumi. Nicole et Claude soulignent que ce sont les «jeunes» du CO qui ont proposé cette idée et leur ont montré comment préparer ce plat végétarien. L'intégration de jeunes dans le processus de décision apporte des idées nouvelles, mais trop de changement peut parfois provoquer des tensions : « Il faut une ouverture des deux côtés », insiste Nicole.

Claude souligne la nécessité d'une transition graduelle vers des pratiques durables, « il faut

une période d'adaptation ». Les couverts jetables étaient utilisés aux côtés de gobelets consignés pour épuiser les stocks existants avant de passer complètement à des alternatives réutilisables. Pour Nicole et Claude, « le recyclage est incontournable » et chaque manifestation devrait impliquer un tri rigoureux des déchets. Ici, des consignes ont été mises en place pour le vin et la bière, avec les bouteilles récupérées par le vigneron. Les médailles en chocolat, fabriquées par un chocolatier d'Echallens avec les invendus de Pâques, sont une autre bonne idée.

Claude et Nicole pensent que pour introduire des changements durables « il faut évoluer, être ouverts et comprendre », tout en respectant les traditions. L'intégration de la durabilité dans les manifestations de gymnastique est complexe, mais une approche ouverte et graduelle, mêlant tradition et innovation, est nécessaire pour un avenir plus durable.

La Commission Durabilité remercie les sociétés organisatrices qui ont participé au projet pilote de Concours Durabilité. Nous saluons en particulier Eric Bardet (FSG Avenches), Francis Buchi (FSG Bussigny), Nicole et Claude Casucci et Olivier Waelchli (FSG Gym La Tour) qui ont pris du temps pour nous parler !

*La Commission Durabilité :
Nicolas Conne, Lauriane Ryser,
Chloé Michoud et Karel Ziehli*



Nicole Casucci en pleine action : improvisation pour la réalisation de la pâte à crêpes afin que le bruit du mixeur ne dérange pas le concours !

Fête fédérale 1909 à Lausanne : l'art de transformer un déficit en bénéfice

La Fête fédérale de 1909 à Lausanne est limitée aux compétitions masculines, concours de sections et trois concours individuels, avec près de 12'000 gymnastes dont 8'000 concurrents dans une ville de 60'000 habitant-e-s. À l'époque, cette proportion, pourtant inférieure à celle de 2025, fait peur aux organisateurs. La candidature, en 1907, est chaudement discutée au sein des sociétés locales de gymnastique, d'autant que les comptes de la fête de Berne en 1906 (dépenses d'un million de francs) inquiètent.

La décision prise, le Comité d'organisation assure ses arrières en constituant un fonds de garantie qui réunit rapidement 30'000 francs en 600 parts de 50 francs. Pour comparer avec le coût de la vie en 2024, on peut multiplier les chiffres par 10 au minimum, voire par 20 si l'on se base uniquement sur le salaire de l'heure des ouvriers du bâtiment.

Une bonne partie des revenus est constituée par les cartes de fête : 14 francs pour la carte complète (croix de fête, 4 logements, 4 repas principaux avec une bouteille de vin pour 2, et 1 entrée de soirée). Les petits déjeuners, collations et autres repas sont en plus. Deux gigantesques cantines (10'000 et 4'000 places) doivent également assurer des rentrées importantes pour rentabiliser l'aménagement de l'esplanade de Beaulieu (gradins, cantines, emplacements de concours) qui coûte 115'000 francs.



Concours de section : sauts sous la pluie (photo du rapport du Jury).

Les gymnastes et le public sont au rendez-vous, la fête est un succès populaire ! Mais les mois de juin et juillet sont catastrophiques du point de vue de la météo. Il neige à 1'700 m en juillet et la pluie arrose copieusement la plus grande partie de la fête. La cantine à bière est réquisitionnée pour abriter une partie des concours et vend donc moins que prévu ; le public est nombreux mais ne s'attarde pas. Le dernier jour de la fête, le CO annonce dans la presse locale que les parts du capital de garantie ne seront pas remboursées, malgré quoi un déficit de 20'000 francs est à prévoir.

Il est aussitôt décidé, avec le soutien de la Société cantonale vaudoise de gymnastique, d'organiser une série de manifestations supplémentaires une semaine plus tard : trois soirées sous la cantine avec productions de sociétés lausannoises et, le dimanche après-midi 18 juillet, un spectacle sur la place de fête. Trente-trois sections (28 vaudoises, quatre gene-

voises et une fribourgeoise) présentent des productions et rejouent les préliminaires généraux (1'200 gymnastes). Cinq fanfares sont aussi de la partie. Deux mille filles et garçons des écoles primaires présentent enfin leurs exercices d'ensemble, supprimés la semaine précédente à cause de la pluie. Il fait si beau que 30 de ces enfants sont victimes d'insola-tions. Le CO engrange 10'000 francs après avoir remboursé les frais de déplacement de tout ce monde. La presse locale et gymnique ne tarit pas d'éloge sur cet élan de solidarité.

Par ailleurs, les listes de sous-criptions de dons d'honneur sont revigorées et totalisent plus de 36'000 francs en octobre. Le tirage au sort des cartes postale avec numéro de tombola, le 16 août, fait constater que les 60'000 exemplaires publiés ont été vendus (20 centimes) ce qui laisse quelques milliers de francs de bénéfice ; la revente des boissons non écou-lées, des 95 tonnes de paille des cantonnements



Reprise des exercices généraux lors de la manifestation de solidarité du 18 juillet (la Patrie Suisse, N°414/1909).

et d'autres petits matériels est également un succès.

Le 31 janvier 1910, le CO publie ses comptes, « un résultat aussi inattendu qu'inespéré » : il a remboursé les parts du fonds de garantie et affiche un bénéfice de 31'713.70 francs. La SFG prélève 2'450.- francs. Des dons (5'200 francs) sont attribués à des bonnes œuvres lausannoises, 1'500.- francs remercient la SCVG pour sa

contribution aux manifestations de solidarité ; la société de gymnastique lausannoise du Grütli reçoit un don de 500 francs. Chacune des trois sociétés organisatrices (Bourgeoise, Amis-Gyms, Hommes) reçoit 7'354.10 francs. Ce résultat évite la banqueroute des sociétés lausannoises et assure l'avenir de fêtes fédérales viables malgré leur gigantisme croissant.

On peut bien sûr se demander si le CO n'a pas sciemment noirci le tableau pour stimuler la générosité publique, mais il est évident que c'est le soutien des gymnastes vaudois et de la population lausannoise qui a sauvé les finances de la fête. On en aura aussi besoin en 2025, indépendamment de l'aspect financier !

Jean-François Martin



Le cortège du dimanche 11 juillet (la Patrie Suisse, N°413/1909).



Rendez vous sur msvd.ch

L'endroit idéal pour vos séjours sportifs

CAMPS SPORTIFS | ÉVÈNEMENTS SPORTIFS ET SCOLAIRES | ENTRAÎNEMENTS



 SE LOGER



 SE RESTAURER



 S'ENTRAÎNER



GYM

Revue officielle
de la gymnastique vaudoise

N° 138 - Août 2024 -
33^e année

Prochaine édition:
N°139 – Novembre 2024
(Merci d'envoyer un mail à gil.mayencourt@acvg.ch avant le 10.09.2024 si vous souhaitez publier un article)

Parutions:
4 éditions par année

Tirage:
3'500 exemplaires

Prix de l'abonnement:
Fr. 15.— par année

Editeur / Fichier d'adresses:
Association cantonale vaudoise
de gymnastique (ACVG) - GymVaud
Ch. de Maillefer 35
1052 Le Mont-sur-Lausanne
Tél. 021 648 62 72
secretariat@acvg.ch
www.acvg.ch

Équipe de rédaction:

Gil Mayencourt,
responsable
gil.mayencourt@acvg.ch

Grégory Quin, histoire et institutions
gregory.quin@acvg.ch

Jean-François Martin,
histoire et mémoire
jean-francois.martin@acvg.ch

Léa Offenbroich, mise en pages
lea.offenbroich@acvg.ch

Relecture : Jean-François Martin,
Claude et Marika Bovey

Impression et expédition:
PCL Presses Centrales SA
Ch. du Chêne 14
Case Postale 99
1020 Renens
www.pcl.ch

Légende page de couverture

Championnats vaudois aux agrès de la société

Crédit photo : Adelin Lutumba - Dooze
Production



print · conseil · logistique

**Votre imprimeur
éco-responsable**
à Renens, Aigle et sur pcl.ch

**Joignez-vous à notre
démarche durable!**



Bulletin d'abonnement

Je désire m'abonner à «GYM», revue officielle de l'Association cantonale vaudoise de gymnastique, pour le prix de CHF 15.– par année (4 numéros)

Madame Monsieur

Nom:

Prénom:

Rue: No:

NPA: Localité:

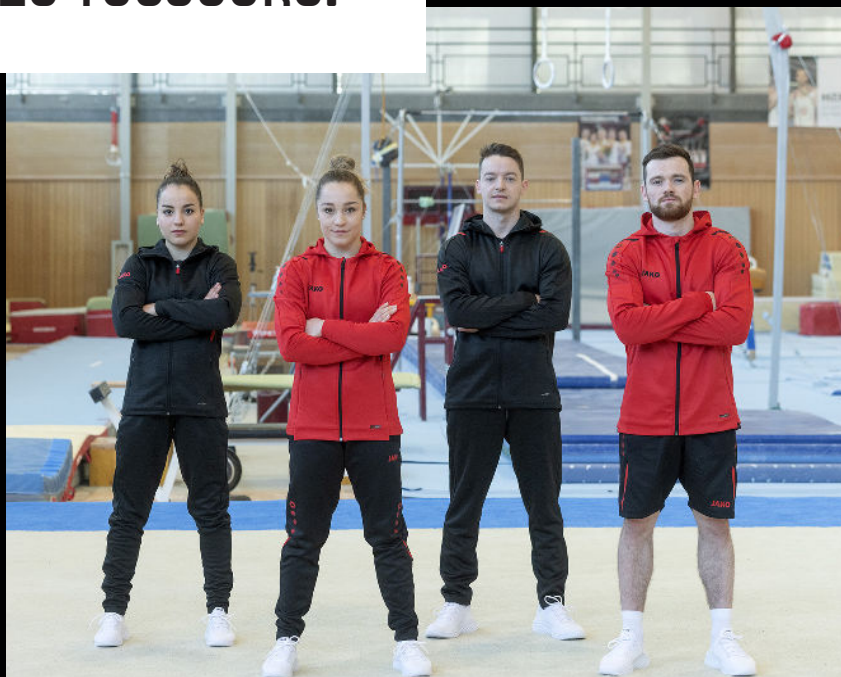
Date:

Email :

Signature:

Bulletin à retourner à:
Secrétariat ACVG - Chemin de Maillefer 35
1052 Le Mont-sur-Lausanne
Tél. 021 648 62 72 - E-mail: secretariat@acvg.ch

**QUELLES QUE SOIENT
TES PERFORMANCES,
CHEZ NOUS TU
GAGNES TOUJOURS.**



**OCHSNER SPORT EST FIER
D'ÉQUIPER GYMVAUD.**

OCHSNERSPORT.CH

**OCHSNER
SPORT**