

GYM

LE MAGAZINE DE LA GYMNASTIQUE VAUDOISE



Audit Comptabilité et Salaires Fiscalité Conseil Transmission d'entreprises Juridique

Votre fiduciaire en Suisse Romande

Genève
Lausanne
Fribourg
Nyon



berneyassociés.com
info@berneyassociés.com



Berney Associés

VOS BÉNÉVOLES, VOS HÉROS.

Partenaire
GymVaud



« Travailler avec EHRO
a été une véritable clé du succès
pour **Lausanne 2025** »



15 % de rabais
sur la licence CLUB pour
les sociétés GymVaud



WWW.EHRO.APP

PLANIFIER - COMMUNIQUER - GÉRER - VALORISER - RÉUTILISER

EHRO

À nouvelle année, nouveaux challenges !

Un projet d'envergure est lancé cette année: reconnecter la base de la gymnastique, la performance et l'élite. GymVaud travaille actuellement à la création de pôles régionaux dans les disciplines olympiques. Découvrez en détail le projet en pages 10 et 11.

Cette première édition 2026 revient sur les excellents résultats obtenus lors des compétitions de fin d'année pour les gymnastes vaudois-e-s : Championnats suisses agrès individuels, Championnats suisses agrès de société jeunesse, et les compétitions internationales pour les Centres Régionaux de performance trampoline et gymnastique rythmique, respectivement en Espagne et en Bulgarie.

Les Actifs-Actives des Amis-Gymnastes Yverdon ont retrouvé l'ambiance des salles de spectacle au Hallenstadion de Zurich à l'occasion du Gymotion, qui se déroulait le 10 janvier dernier. Revivez à travers leurs yeux cette expérience en page 21.

La division Athlétisme revient en pages 22 et 23 sur l'évolution de la discipline et de son encadrement.

Le Motion Lab abordera la question de la préparation mentale dans cette édition et la division Durabilité annoncera les résultats du concours lancé en 2025.

Pour finir, et pour coller à la saison hivernale, la rubrique «Gymnastique d'autrefois» mettra à l'honneur les gymnastes vaudois pionniers du ski depuis les années 1900. Tout schuss aux pages 28 et 29 !

Je vous souhaite beaucoup de plaisir à la lecture de ce GYM, numéro 144 !

Laure Vullioud

SOMMAIRE

GymVaud

Le coin des centres ►► 6

Assemblée des délégués

Ordre du jour ►► 8-9

Sport Elite

Reconnecter la base, la performance et l'élite ►► 10-11

Ch. suisses agrès individuels

Pluie de médailles et distinctions ►► 12-13

Ch. suisses sociétés jeunesse

Les Vaudois s'illustrent aux Championnats suisses ►► 14-15

Academic Winter Cup 2026

Belle moisson de médailles pour le CRP Vaud GR ►► 16-17

Trampoline

Les trampolinistes vaudois s'illustrent aux compétitions mondiales à Pampelune ►► 18-19

Gymotion 2026

Un week-end de folie du côté de Zurich ►► 21

Athlétisme

Un peu d'histoire ►► 22-23

Sport-Santé

La préparation mentale ►► 24-25

Durabilité

Les résultats du concours durabilité 2025 ►► 27

Tradition des gymnastes

Gymnastes vaudois pionniers du ski ►► 28-29

HAVDiffusion.ch
ImpressionBroderie

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

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

CALENDRIER

FÉVRIER 2026

18.02.2026	Formation juge agrès B1 - 2/4	Bussigny
22.02.2026	Cours de perfectionnement juges B1	Lausanne
28.02-01.03-2026	Formation juge agrès B1- 3/4	Bussigny

MARS 2026

04.03.2026	Cours de perfectionnement juges B1 et B2	Lausanne
07.03.2026	Championnat vaudois des Jeux	Yverdon
14.03.2026	Assemblée des Délégués 2026	Savigny
15.03.2026	Cours de perfectionnement parents-enfants	Cheseaux-sur-Lausanne
21-22.03.2026	Coupe de printemps - Gymnastique & Aérobic	Prilly
21.03.2026	Cours Fit&Fun – Nouvelles Prescriptions 2026	Lonay
21.03.2026	1 ^{er} concours qualificatif Agrès Actifs	Pully
28.03.2026	1 ^{er} concours qualificatif Agrès Jeunesse – Zone A	Pully
28-29.03.2026	Chablais Cup GAF	Aigle
29.03.2026	Cours complémentaire cantonal sports adultes / avec MP esa intégré	Yverdon
29.03.2026	1 ^{er} concours qualificatif Agrès Jeunesse – Zone B	Lausanne
29.03.2026	1 ^{er} concours qualificatif Agrès Jeunesse – Zone C	Pully

AVRIL 2026

08-12.04.2026	Championnat d'Europe – TRA	Portimão, Portugal
18.04.2026	Basilea Cup - TRA	Lausen
18.04.2026	CP Sport des Jeunes Agrès : GAS	Yverdon
25.04.2026	Rassemblement cantonal TRA 3	Aigle
25-26.04.2026	1 ^{er} Challenge Gymnastique tests	Lausanne
25-26.04.2026	2 ^e concours qualificatif Agrès Actifs	Oron
25-26.04.2026	1 ^{ère} qualification jeunesse P2/P3	Payerne
25-26.04.2026	1 ^{er} Challenge Gymnastique tests	Lausanne

MAI 2026

02.05.2026	Soorser Cup 2026 - TRA	Sursee
02.05.2026	Open de Genève GAF 2026	Vernier
02.05.2026	2 ^e concours qualificatif Agrès Jeunesse – Zone B	Moudon
02-03.05.2026	2 ^e concours qualificatif Agrès Jeunesse – Zone C & D	Pully
03.05.2026	2 ^e concours qualificatif Agrès Jeunesse – Zone A	Jorat-Mezières
09-10.05.2026	Coupe des Bains	Yverdon
09-10.05.2026	Berner Mannschaftmeisterschaften GAF	Uetendorf
14.05.2026	Concours Athlétisme	Saint-Cierges

LE MOT DU PRÉSIDENT

Un dernier avant de passer le témoin !

Après trois ans, je ne peux que me contenter de dire que des « petits » pas ont été faits, mais bien moins que ce que j'aurais espéré. En effet, il est compliqué de mener tous les combats en même temps et sur tous les fronts. Cependant, il a tout de même été possible de mettre sur pied une nouvelle stratégie de GymVaud, entre une année de Cantonale et une autre de Fédérale chez nous.

Au sujet des concepts du futur de notre association, je ne peux que souhaiter que des leviers concrets soient activés, tant au niveau du comité cantonal que dans les sociétés.

Seul, il n'est souvent pas possible d'avancer de manière efficace et pérenne, c'est bien ensemble que le futur de la gym dans notre canton doit se construire. De nombreux débats ont eu lieu, ont lieu et auront lieu entre les différents acteurs de notre sport. De ceux-ci sortent, à coup sûr, des remises en question, des modifications de chemins à emprunter ou encore, plus simplement, des arrêts de projets. Bien que les idées aient émergé, elles n'ont parfois simplement pas eu de « client » dans nos sociétés.

C'est bien de ces débats et de ces divergences d'opinions que la construction d'un avenir s'affichera de manière positive et dans la lignée de la volonté des sociétés.

Les changements ne remportent jamais l'unanimité : là où ils peuvent aider des sociétés, d'autres se sentiront lésées, mais dans tous les cas, les bénéfices prennent le pas sur des désavantages. Il y a déjà eu des évolutions dans ce sens, et il y en aura d'autres. S'il y a bien une chose que j'ai apprise au Comité cantonal, c'est d'élargir ma vision, voir la globalité plutôt que le simple impact sur ma société, mon groupe, ou moi-même.

Bien que relativement chargées d'activités extraordinaires, ces trois années ont connu dans notre fonc-

tionnement plein de petites évolutions, d'améliorations de processus ou autres apprentissages dans la manière de fonctionner, mais nous n'avons pas connu de « révolution ». Peut-être est-ce parce que dans l'ensemble tout ne fonctionne déjà pas si mal, c'est du moins ce que j'aime à penser.

Je vous souhaite dans tous les cas, à tou-te-s les membres travaillant pour GymVaud, toutes les sociétés ainsi que tou-te-s les gymnastes de notre canton de faire vivre notre sport, et de porter haut le blason du canton de Vaud en tous lieux et dans toutes les circonstances.

Vive la gym et vive nos sociétés !

Benjamin



ervy[®]
MADE IN GERMANY

PERSONNALISEZ
DANS LES COULEURS
DE VOTRE CHOIX!

MarkPro
www.markpro.ch

boutique en ligne: www.ervy.ch

Le Coin des Centres

Voici quelques nouvelles fraîches des Centres de performance de GymVaud

CEC Vaud GAF

La fin de l'année 2025 a été marquée par la préparation et le « passage » des Tests Cadres de la FSG qui se sont tenus les 29 et 30 novembre à Bienne. 5 gymnastes du Centre GAF s'y présentaient et ont réalisé de belles performances. Les 5 ont été retenues dans les cadres nationaux. Bravo à Jana, Maria, Esther et Darya pour la qualification dans le cadre régional et à Keira pour sa qualification dans le cadre U15. Ceci récompense tout leur travail assidu.

La préparation de la saison de compétition bat son plein et se déroule bien. Un rassemblement cantonal a été organisé le 17 janvier dernier en collaboration avec la subdivision GAF. Plus de 60 gymnastes de différentes tranches d'âge et leurs entraîneurs ont pu s'entraîner dans la salle du CMC avec Fabien et Meryll.

CRP Vaud TRA

Les Tests Cadres de la FSG se sont tenus fin octobre à Liestal et ont vu 10 gymnastes du Centre se qualifier dans les différents cadres de la FSG. Bravo à tous !

Puis mi-novembre, ce sont 8 gymnastes qui se sont envolés pour Pampelune (ESP) pour prendre part à la Compétition Mondiale par Groupe d'Âge.

Ce fut une très belle semaine pour tous les athlètes avec des performances abouties et une expérience enrichissante et pleine d'enseignements sur le plan international !

Le début de l'année 2026 est synonyme de préparation pour la saison de compétition qui approche. Fin janvier, nous avons pu organiser avec succès la première édition de la Journée vaudoise de trampoline, compétition au format inédit et innovant. La formule a plu et séduit athlètes et spectateurs.

CRP Vaud GR

Les Tests Cadres de la FSG se sont tenus fin octobre à Etoy et ont permis aux gymnastes du CRP Vaud GR de se mettre en évidence. Les 10 gymnastes ont réalisé d'excellentes performances et ont toutes été retenues dans un cadre de la FSG. Bravo à toutes !

La préparation de la saison de compétition s'est bien déroulée et les gymnastes ont pu se mesurer à l'international en prenant part à deux compétitions au Portugal (novembre) et en Bulgarie (décembre) en fin d'année. Avec à chaque fois de très belles prestations et d'importants enseignements pour la suite.

Début 2026, certaines gymnastes se sont encore rendues du côté de Calais pour une dernière préparation avant les échéances au niveau national, avec notam-

ment les sélections suisses pour le Championnat d'Europe 2026. Pas moins de 4 gymnastes seniors et 2 gymnastes juniors issues du CRP seront en lice pour représenter la Suisse. Les places seront chères (2 seniors et 2 à 4 juniors) et nous souhaitons bonne chance à nos gymnastes !

Francis Buchi



MAISON DU SPORT VAUDOIS

L'IDÉAL POUR VOS CAMPS SPORTIFS D'HIVER



S'ENTRAÎNER



SE RESTAURER



SE LOGER

**CLUB SPORTIFS, ÉCOLES, FÉDÉRATIONS,
GROUPEMENTS, NE CHERCHEZ PLUS...
LA MEILLEURE ADRESSE POUR VOS CAMPS
SPORTIFS SE TROUVE À LEYSIN !**

TOUS LES RENSEIGNEMENTS UTILES SOUS

www.msvd.ch



25^e Assemblée des Délégués

The logo features a large, stylized grey letter 'G' in the background. Overlaid on the left side of the 'G' is a black silhouette of a person in a dynamic, athletic pose, possibly performing a gymnastic move. To the left of the figure, the text 'AMIS-GYM' is written vertically in a bold, sans-serif font, and 'Forel-Savigny' is written in a smaller, italicized font below it. The entire logo is framed by a large, thin green circle. Several other green circles of varying sizes are scattered around the main logo, some overlapping it and others floating nearby.

AMIS-GYM
Forel-Savigny

Association Cantonale Vaudoise
de Gymnastique

14 mars 2026 – Forum de Savigny

**25^e Assemblée des Délégués de
l'Association Cantonale Vaudoise de Gymnastique**

**~
Savigny**

Samedi 14 mars 2026 - 09h00

Retrait des droits de vote : 08h00 - 08h45

Ordre du jour

- 1. OUVERTURE ET SALUTATIONS**
- 2. DÉSIGNATION DES SCRUTATEURS**
- 3. HOMMAGE AUX DISPARUS**
- 4. ANNONCE DES DROITS DE VOTE**
- 5. APPROBATION DU PROCÈS-VERBAL DE L'ASSEMBLÉE DES DÉLÉGUÉS DU 8 MARS 2025**
- 6. RAPPORT D'ACTIVITÉS**
- 7. COMMUNICATIONS DU COMITÉ CANTONAL**
 - 7.1. Administratif
 - 7.2. Technique
- 8. RAPPORTS FINANCIERS**
 - 8.1. Présentation des comptes 2025
 - 8.2. Rapport de la commission de gestion
 - 8.3. Approbation des comptes 2025
 - 8.4. Cotisations 2026
 - 8.5. Budget 2026
- 9. FÊTE FÉDÉRALE DE GYMNASTIQUE 2025 – RAPPORT**
- 10. MODIFICATIONS DES STATUTS ACVG**
- 11. ELECTIONS DU COMITÉ CANTONAL (2026)**
 - 11.1. Membres
 - 11.2. Président
- 12. ELECTIONS DE LA COMMISSION DE GESTION (2026)**
- 13. SOCIÉTÉS MEMBRES – ADMISSIONS, DÉMISSIONS ET MISE EN CONGÉ**
- 14. MEMBRES DES DIVISIONS**
 - 14.1. Admissions
 - 14.2. Démissions
 - 14.3. Jubilaires
- 15. NOMINATIONS**
 - 15.1. Membres Honoraires
 - 15.2. Membres d'Honneur
 - 15.3. Vétérans cantonaux
- 16. PROPOSITIONS DES SOCIÉTÉS MEMBRES**
- 17. DIVERS**
- 18. CLÔTURE**

Chemin de Maillefer 35 | CH-1052 Le Mont-sur-Lausanne | +41 21 648 62 72

secretariat@acvg.ch | www.acvg.ch

Partenaires officiels



Reconnecter la base, la performance et l'élite

Un projet pour l'avenir de la gymnastique vaudoise

La gymnastique est un sport que l'on peut pratiquer de mille façons. Dans le canton de Vaud, des milliers d'enfants, de jeunes et d'adultes font de la gymnastique chaque semaine : aux agrès, en gymnastique & danse, en gymnastique artistique ou en gymnastique rythmique. Les formes changent, les règles aussi, mais le sport de masse et son pendant d'élite reposent sur les mêmes bases.

Quand on regarde la gymnastique à la télévision — aux Championnats du monde ou aux Jeux olympiques — on voit l'élite. Ces images font rêver, donnent envie d'essayer, de s'entraîner, de se dépasser. L'élite joue un rôle important : elle inspire toute la gymnastique.

Un choix souvent très tôt

Dans beaucoup de sports, tous les enfants commencent au même endroit, puis avancent selon leurs envies et leurs capacités. En gymnastique, le parcours est souvent différent. Il faut parfois choisir très tôt : rester dans un groupe de société ou entrer dans une filière de performance, changer de discipline, s'entraîner plus souvent... Et bien souvent, ce choix dépend surtout de ce qui existe près de chez soi.

Dans certaines régions, accéder à une discipline olympique peut être compliqué. Cela

signifie que des gymnastes motivé-e-s n'ont parfois pas la possibilité d'essayer, simplement parce que l'offre n'est pas disponible localement.

Pourquoi cette situation pose problème

La gymnastique de masse est la base de tout. C'est là que les enfants découvrent la gymnastique, développent leur motricité et, parfois, révèlent un talent particulier. Sans cette base large, il devient difficile de former la relève.

De l'autre côté, la gymnastique d'élite rencontre aujourd'hui plusieurs difficultés : peu de salles adaptées, manque d'entraîneur-e-s disponibles, investissements importants en temps et en argent, longs déplacements pour les familles. Tout cela rend le sport de performance moins accessible.

Quand la base et l'élite sont trop éloignées, tout le monde y perd : moins de talents détectés, moins de visibilité, moins de rêves pour les jeunes gymnastes.

Une nouvelle approche : les pôles régionaux

Pour répondre à ces défis, GymVaud travaille sur un nouveau projet : la création de pôles régionaux dans les disciplines olympiques.

Un pôle régional est une structure de référence, portée par une ou plusieurs sociétés,

qui propose une offre gymnique organisée dans une région. L'idée n'est pas de créer des clubs fermés, mais au contraire de rapprocher la gymnastique de performance des sociétés locales.

Un pôle peut proposer

- des groupes pour les plus jeunes, axés sur le jeu et la motricité,
- des groupes de loisir,
- des groupes de compétition à différents niveaux d'engagement,
- un encadrement renforcé, avec des entraîneur-e-s qualifié-e-s,
- des infrastructures qui se développent progressivement.

Un modèle progressif et ouvert

Les pôles régionaux ne doivent pas être parfaits dès le départ. Ils peuvent commencer modestement, par exemple dans une salle scolaire, puis évoluer avec le temps. Tous les gymnastes ne visent pas l'élite, et ce n'est pas le but. Le projet prévoit aussi des parcours plus souples, permettant de pratiquer un sport olympique sans pression excessive.

Les liens avec les sociétés de la région restent essentiels. Les gymnastes peuvent rester membres de leur société tout en s'entraînant dans un

pôle, et revenir ensuite renforcer leurs groupes d'origine.

Et maintenant ?

Le projet des pôles régionaux sera lancé par un appel à candidatures au printemps 2026. Les sociétés intéressées pourront proposer leur projet et être accompagnées par GymVaud.

Ce projet n'est pas seulement une question de performance. Il s'agit de renforcer toute la gymnastique vaudoise, en

créant des passerelles entre la base et l'élite, en offrant plus d'opportunités aux jeunes, et en construisant un système plus équilibré et durable.

La gymnastique est un sport pour toutes et tous. En reconnectant base, performance et élite, GymVaud souhaite permettre à chacun de trouver sa place — aujourd'hui et demain.

Envie de savoir plus ? Une page d'information détail-

lée présente le contexte, les enjeux et le fonctionnement envisagé.

Découvrez le projet, ses objectifs et les prochaines étapes.



Marc Schreiber



Exemple de salle de gymnastique artistique installée dans une ancienne salle

Pluie de médailles et distinctions aux Championnats suisses 2025 !

Chaque première édition de l'année est l'occasion de revenir sur les performances vaudoises aux précédentes joutes nationales aux agrès. À ce titre, le millésime 2025 a été particulièrement fructueux !

Championnat suisse masculin - Pfäffikon

Le premier week-end de novembre a porté chance aux gymnastes vaudois !

Francis Buchi a signé une magnifique performance en catégorie Hommes, et décroche le titre de champion suisse. Ce résultat vient clôturer une saison réussie en tous points pour le gymnaste de Bussigny, qui nous livre ses impressions :

Mon objectif initial était « juste » de participer à la Fête Fédérale. Mais au final, ça s'est bien passé, même très bien passé ! J'étais très heureux, très fier de remporter le titre en catégorie Hommes, à la maison qui plus est, devant ma famille, mes enfants et ma femme.

Je me suis pris au jeu, et plusieurs personnes de mon entourage m'ont poussé à continuer, et à aller au Championnat suisse. Et si j'ai accepté de concourir,



c'est presque et surtout pour participer au concours par équipe, qui est vraiment un moment fort partagé avec les copains gymnastes.

Au moment de monter sur le podium, j'étais heureux de voir que les efforts consentis depuis quelques mois ont porté leurs fruits. Et surtout heureux et fier de mettre un point final à cette incroyable année de cette façon-là !

À relever également les distinctions obtenues : en C5, Matis Pinto Castelhana (Yverdon Amis-Gym) ; en C6, Olivier Molyneaux

(Vevey Jeunes Patriotes) et Théo Scoziero (Vevey Ancienne) ; en C7, Justin Delay et Nathan Jaccard (Yverdon Amis-Gym).

Lors de la compétition par équipes, les gymnastes vaudois terminent à la 9^e place en catégorie B et à une frustrante 4^e place en catégorie A.

Championnat suisse féminin et finales par engins - Delémont

Du côté de Delémont, les 8 et 9 novembre, se tenaient le Championnat Suisse indivi-

duel aux agrès féminin ainsi que les finales par engin masculines et féminines.

Lors des concours généraux, quatre gymnastes se sont distinguées. En C5, Sara Martins Pinto (FSG Nyon) se classe 15^e et Elisabeth May (FSG St-Cierges) 20^e. Dans la catégorie reine (C7), Jessica Rullo (Vevey Jeunes Patriotes) termine 11^e et Chloé Wermeille (FSG Vevey Ancienne) 16^e. Clin d'œil à Camille Marmillod, Lausannoise expatriée à Wettingen, qui remporte la catégorie 6, après avoir remporté la Fête fédérale Lausanne 2025 !

Lors des finales par engin, deux Vaudois repartent «bronzés» ! Bravo à Nathan Jaccard (Yverdon Amis-Gym) pour ses médailles au sol et au reck, et à Jessica Rullo pour sa médaille aux anneaux balançants !

Championnat suisse par équipe féminin et Elle & Lui-Aarau

La série des Championnats suisses aux agrès individuels 2025 s'est clôturée à Aarau les 15 et 16 novembre, avec la compétition par équipes féminines et le concours Elle & Lui. Les Vaudoises s'y présentaient avec une équipe dans chaque catégorie et 2 couples inscrits.

L'équipe C5 a terminé à une encourageante 9^e place avec distinction. De leur

côté, Clarisse Fiaux (FSG Vevey-Ancienne) et Noah Richard (FSG Aigle-Alliance) obtiennent la 10^e place avec distinction en Elle & Lui. Mais la performance du week-end est à mettre au crédit des gymnastes de l'équipe C7 qui termine à une magnifique 2^e place, acquise de haute lutte, dans la catégorie reine !

Championnat suisse par équipe en gymnastique artistique féminine et masculine - Winterthur

À Winterthur (22-23 novembre 2025), lors du Championnat suisse par équipe en gymnastique artistique féminine et masculine, l'équipe vaudoise composée de Maria Humbel, Kayla De Filippi, Jana Zenari, Darya Motieenia (FSG Montreux), Keira Morrison et Chloé Magnuson (GA Chablais), a décroché une belle médaille de bronze lors du concours de Ligue Nationale C.

Elles nous partagent leur expérience :

Nous sommes partis la veille de la compétition en train, ce qui nous a permis de vivre un premier moment collectif important avant l'événement.

Le jour J, à leur arrivée à la salle de compétition, les gymnastes étaient globalement détendues et dans un bon état d'esprit.

Tout au long de la journée, leur comportement a été très positif. Il y avait une vraie cohésion au sein du groupe, avec beaucoup de soutien entre les filles, qui sont restées présentes les unes pour les autres à chaque passage.

Le début de la compétition a toutefois été compliqué, notamment sur le premier agrès, avec des notes parfois plus basses que prévu. Cela nous a laissées un peu dans le doute et a rendu la perspective d'un podium incertaine à ce moment-là. (...)

Nous avons ensuite terminé la compétition sur deux agrès forts pour l'équipe. À l'annonce des résultats, la surprise a été totale ! (...)

Cette troisième place a été vécue avec beaucoup d'émotion, tant par les filles que par les parents, très contents et fiers. (...)

Pour l'équipe vaudoise de gymnastique artistique

Meryll Kloniecki



Les Vaudois s'illustrent aux Championnats suisses

Le premier week-end de décembre, se tenait à Wattwil (SG) le dernier volet de la série des Championnats suisses. Plusieurs sociétés vaudoises ont fait le déplacement et ont présenté de belles productions dans différentes disciplines de gymnastique de société.

Les résultats parlent d'eux-mêmes : à la 3^e place FSG Corsier-Corseaux en Combinaison d'Engins U17 et un formidable quadruplé en Combinaison d'Engins U13 : FSG Baulmes sur la plus haute marche du podium,

suivie de FSG Lausanne-Bourgeoise, de FSG Cherenex, et la médaille en chocolat pour GymPully.

Nous avons demandé aux monitrices du Team Agrès de la FSG Baulmes de nous partager comment le groupe a vécu ces Championnats.

La préparation aux Championnats suisses de société jeunesse a été intense mais très positive pour le groupe de Baulmes. Nous avons passé énormément de temps à la salle de gym, avec beaucoup de patience,

d'engagement et de persévérance. Chaque entraînement était l'occasion de se donner à fond, de progresser ensemble et de renforcer la cohésion du groupe. Le travail était exigeant, mais la motivation et l'envie de bien faire étaient toujours présentes.

À l'approche de la compétition, l'ambiance était partagée entre stress et excitation. La veille au soir, nous avons eu la chance de pouvoir dormir toutes ensemble, ce qui a rendu le moment encore plus spécial.



L'équipe jeunesse de la FSG Baulmes

Nous sommes allées nous promener en groupe dans Wattwill et avons même croisé le Saint-Nicolas, un signe qui, avec le recul, nous a peut-être porté chance ! Cette soirée a permis de relâcher un peu la pression et de profiter pleinement de l'instant.

Le jour J, la tension est montée gentiment. L'énergie ressentie était entre concentration, trac et enthousiasme. Une fois les productions terminées, nous étions très satisfaites de nos prestations et des notes obtenues, sans jamais imaginer pouvoir atteindre la première place à la combinaison d'engin. Nous les coachs, avons été les premières à connaître le résultat, mais nous avons gardé le secret toute la journée. Nous suivions les classements en ligne, les yeux rivés sur les résultats, rafraîchissant la page toutes les cinq minutes.

Lorsque nous avons vu que Baulmes était en tête, l'émotion a été immense. Nous avions les larmes aux yeux, émerveillées par ce résultat inattendu mais devons rester discrètes pour ne pas dévoiler la surprise aux gymnastes. Ces dernières, quant à elles, n'ont découvert la nouvelle qu'au moment officiel de l'annonce car elles n'avaient pas accès à leur téléphone durant le week-end : la surprise était donc totale. Elles n'en revenaient pas, puis la joie et la fierté

ont pris le dessus. Voir que tout le travail accompli avait porté ses fruits était une immense récompense car c'est la dernière fois que nous avons montré cette combinaison d'engin en concours. Pour la petite anecdote, c'était la première production de combinaison d'engins montée par nos soins.

La fête a continué après la compétition. Grâce à la présence et au soutien des

parents, nous avons pu célébrer ce podium tous ensemble, avec des confettis, du champagne (pour les grands et les petits), un magnifique panier-cadeau et surtout un moment de partage dans le train du retour en surclassement. Une victoire, mais surtout un souvenir inoubliable qui restera gravé dans la mémoire de tout le monde !

Les monitrices du Team Agrès

AUBEP

THINK IT • DESIGN IT • IT WORKS



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

Belle moisson de médailles pour le CRP Vaud GR à Sofia

La délégation du CRP Vaud GR (Centre de performance de gymnastique rythmique) s'est rendue à Sofia, en Bulgarie, du 12 au 14 décembre 2025, à l'occasion de l'Academic Winter Cup, une compétition internationale FIG. Cette épreuve de fin d'année a réuni de nombreuses délégations européennes et a offert aux gymnastes un contexte compétitif de haut niveau.

Treize gymnastes suisses, vaudoises et genevoises, ont pris part à cette compétition sous la conduite de l'entraîneure en chef Alicia Marmonier, accompagnée de l'entraîneure assistante Kateryna Piatnyk, ainsi que de la juge internationale Chantal Patriarca. Les gymnastes ont concouru sur deux journées intenses, avec un classement établi au concours général et par engin. Au terme du week-end, la délégation du CRP Vaud GR totalise plus de trente médailles, un résultat remarquable qui reflète la qualité du travail mené au centre de performance.

Chez les Seniors FIG, quatre gymnastes suisses ont représenté le centre. Norah Demierre s'impose au classement général, et Nika Zajc termine 3^e. Viktoria Benko se classe 4^e, et Charlène



La délégation suisse au complet

Pasche prend la 9^e place du concours général. Nos athlètes se sont également illustrées aux classements par engin : Norah décroche deux médailles d'argent avec la 2^e place au cerceau et au ballon. Nika monte deux fois sur le podium avec une 3^e place au ballon et une 3^e place aux massues, tandis que Viktoria obtient une 3^e place au cerceau.

En Juniors FIG (2011), Lili Benko réalise une compétition de très haut niveau. Elle s'impose au classement général et décroche également l'or au cerceau, au ballon et aux massues, signant une performance exceptionnelle dans un contexte international exigeant.

Dans la catégorie 2012 A, Alessia Mancuso obtient une 2^e place au classement général et monte également sur le podium au ballon. Saar Sofia complète les excellents résultats suisses avec une 3^e place au classement général et une 3^e place au cerceau.

En 2013 A, Fiona Saari se classe au milieu du tableau au concours général et parvient à se hisser sur le podium par engin grâce à une 3^e place au cerceau, démontrant une belle régularité face à une concurrence internationale dense.

Dans la catégorie 2014 A, Lana Bazarbachhi termine 3^e du classement général. Elle se distingue particulièrement aux engins en

remportant la 1^{ère} place au cerceau et la 1^{ère} place au ruban, confirmant son aisance technique.

En 2015 A, Elizaveta Viertut signe une compétition très aboutie. Elle s'impose au classement général et obtient également la 1^{ère} place au cerceau ainsi que la 1^{ère} place au ruban, réalisant un doublé remarquable aux engins.

Chez les 2016 A, Mila Bross monte sur le podium avec une 3^e place au classement général international et décroche également une 2^e place au ballon, confirmant son potentiel à l'échelle internationale.

Enfin, en 2017 A, les plus jeunes gymnastes suisses se sont également illustrées. Ana Corbière remporte le classement général sans

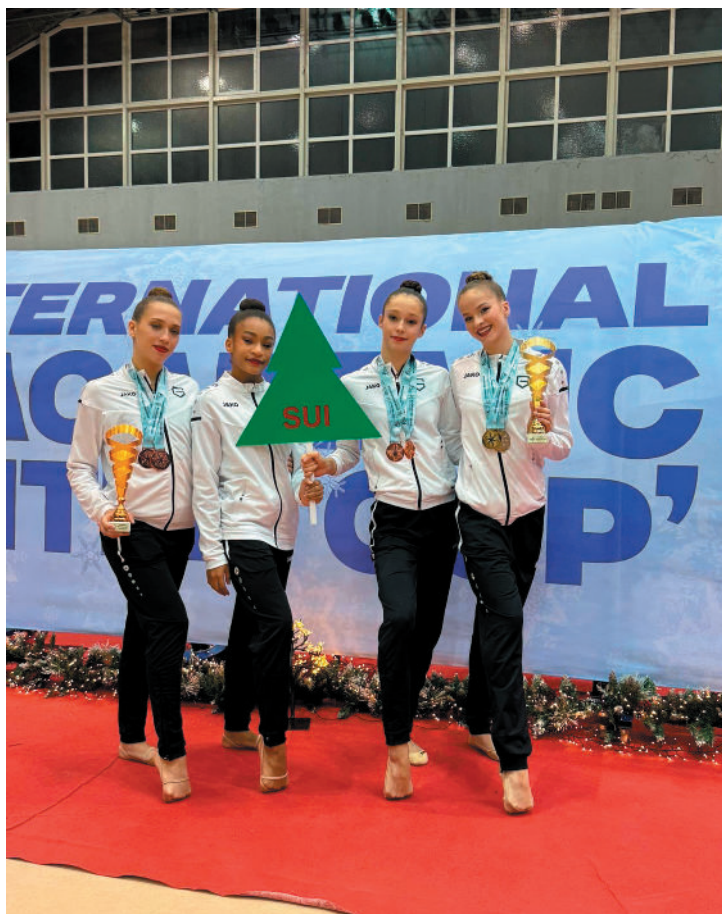
engin ainsi que le classement au ballon. Zoé Nicoli, de son côté, obtient la 1^{ère} place sans engin, la 2^e place au classement général et la 2^e place au ballon, soulignant la qualité du travail déjà accompli à ce jeune âge.

Une étape clé avant les prochaines échéances

L'ensemble de la délégation du CRP Vaud GR se montre très satisfait de ces résultats. Cette compétition internationale FIG a constitué une compétition préparatoire importante, permettant aux gymnastes de se mesurer sur la scène internationale et de tester leurs exercices avant le début des compétitions suisses.

Les juniors et seniors se tournent désormais vers les sélections de fin janvier et début février, qui détermineront les gymnastes appelées à représenter la Suisse sur la scène internationale. Les plus jeunes gymnastes, quant à elles, poursuivent leur préparation en vue du Championnat vaudois, qui a lieu le 7 février à Bex, ainsi que des tests cadres (Test AK) prévus à Macolin.

Propos recueillis par Laure Vullioud



Les gymnastes suisses en catégorie seniors. De gauche à droite : Nika, Charlene, Viki, Norah.

Les trampolinistes vaudois s'illustrent aux Compétitions mondiales à Pampelune



Du 13 au 16 novembre 2025, Pampelune (Espagne) a accueilli les Compétitions mondiales par groupe d'âge (CMGA) ainsi que la 2^e Coupe du monde juniors de trampoline, un rendez-vous incontournable du calendrier international. Face à une concurrence extrêmement relevée, plusieurs jeunes trampolinistes vaudois-e-s ont vécu une expérience déterminante pour la suite de leur parcours sportif.

Huit athlètes du Centre de performance en trampoline de GymVaud ont représenté

la Suisse lors de cet événement d'envergure : Axel Roux (FSG Aigle-Alliance), Lehna Samuel (Trampoline Club Haut-Léman – VS), Keiji Aschwanden (FSG Aigle-Alliance), Lucie Moret (FSG Ecublens Actigym), Léo Mesce (FSG Aigle-Alliance), Mika Keller (TV Grenchen – SO), Naia Alvarez et Théo Pichilli (tous deux de Chêne Gymnastique Genève – GE). Engagé-e-s dans différentes catégories d'âge, ils-elles ont affronté des champs de participant-e-s impressionnants, comptant parfois plus de 80 concurrent-e-s par épreuve.

Sur le plan sportif, plusieurs résultats sont à relever. Naia Alvarez s'est particulièrement distinguée en atteignant la finale mondiale en trampoline synchronisé dans la catégorie 17–21 ans, une performance de haut niveau qui témoigne de sa régularité et de sa capacité à répondre présent lors des grands rendez-vous internationaux.

En Coupe du monde juniors, Léo Mesce a également réalisé une excellente prestation en se qualifiant pour les demi-finales en individuel, confirmant son potentiel

face à l'élite mondiale de sa catégorie.

Pour les autres trampolinistes vaudois-e-s, cette compétition a constitué une occasion précieuse de se mesurer au très haut niveau, d'acquérir de l'expérience et de prendre conscience des exigences internationales, tant sur le plan technique que mental. Les CMGA représentent en effet une étape clé dans le développement des jeunes athlètes, d'autant plus que la grande majorité des trampolinistes présent-e-s aux Jeux Olympiques sont passé-e-s par ces compétitions durant leur formation.

Au-delà des résultats, cette semaine à Pampelune a également été marquée par de nombreux échanges entre délégations, renforçant l'aspect humain et culturel du sport de haut niveau. Une expérience riche, formatrice et motivante pour la relève vaudoise.

La présence et les performances des trampolinistes du canton de Vaud sur la scène mondiale confirment la qualité du travail effectué au niveau régional et soulignent l'importance de poursuivre les opportunités de confrontation internationale pour accompagner ces jeunes talents vers l'élite.

Fabien Dupont



9 ET 10 MAI

SALLE DES ISLES

LES COUPINS DES CBAINS

YVERDON-LES-BAINS

39^e EDITION

Un week-end de folie du côté de Zurich

Après la Vaudoise Arena en janvier 2025, les Actifs-Actives des Amis-Gymnastes Yverdon ont retrouvé les gradins qui s'élèvent jusqu'au plafond et les lumières fascinantes du Hallenstadion de Zurich à l'occasion du Gymmotion, qui se déroulait le 10 janvier dernier. Avec un nouveau show comprenant de nombreux effets lumineux, le groupe s'est entraîné durant plusieurs mois avant de rejoindre la plus grande ville et la plus belle salle de spectacle du pays. Après avoir clôturé le Gymmotion 2025 à Lausanne, les Aminches avaient l'honneur d'ouvrir le plus grand spectacle gymnique de Suisse pour cette édition 2026. Les répétitions du vendredi et du samedi matin ont ensuite laissé la place aux shows le samedi après-midi et soir. Les chutes de neige en continu dans la région zurichoise et l'arrêt temporaire des transports publics n'ont en aucun cas empêché les spectateurs d'affluer en nombre au Hallenstadion dès la fin de la matinée.

Présente sur la scène de la Vaudoise Arena l'année passée, Éloïse Bernard découvrirait pour la première fois les coulisses de l'immense Hallenstadion. « J'étais allée voir le dernier Gymmotion à Zürich avec mes parents, mais c'est tellement différent



et tellement plus impressionnant de faire le spectacle », témoignait la jeune gymnaste. Outre l'ambiance de folie et le lightshow impressionnant de la plus grande salle de spectacle du pays, le Gymmotion a également été l'occasion pour le groupe de passer de précieux moments tous ensemble. « J'adore ces moments d'équipe où on part tous et qu'on passe du temps ensemble, c'est une belle occasion de resserrer les liens du groupe et d'apprendre encore plus à se connaître. Faire de la gym dans une aussi grande salle, c'est hyper impressionnant et intimidant, on se sent petit. Mais de se dire

que tous nos chanteurs préférés viennent performer ici et que cette fois c'est pour nous, que le public vient pour nous voir, on se sent vraiment reconnaissant. » Un show majestueux qui a une nouvelle fois offert une occasion unique aux gymnastes des sociétés conviées de se sentir tels des stars et de découvrir les coulisses, les émotions et les paillettes des grands shows, le temps d'un week-end.

Texte et photo : Benjamin Ambühl

Un peu d'histoire

Depuis les années 70, l'athlétisme et les activités physiques ont profondément évolué dans les sociétés de gym. Cette période voit la naissance de programmes et de normes de sécurité, ainsi qu'une attention croissante portée aux valeurs humaines comme le respect, le fair-play et la protection des jeunes athlètes.

La pratique sportive en Suisse commence à se structurer autour de programmes publics comme celui de Jeunesse+Sport (J+S) qui marque un tournant. Elle vise à soutenir les sociétés locales, à former des moniteurs et à rendre le sport accessible à tous les jeunes.

À cette époque, les sociétés de gym, souvent très ancrées dans les traditions locales, assurent l'apprentissage de l'athlétisme dans une ambiance conviviale. Cependant, la prise en compte de la sécurité des jeunes est encore limitée. L'encadrement repose essentiellement sur le bénévolat et l'expérience personnelle des encadrants.

Les années 1990-2000 voient une professionnalisation progressive des pratiques. L'athlétisme, à travers les sociétés de gym, structure mieux ses groupes de jeunes, crée des pro-



grammes d'entraînement adaptés. L'apprentissage des disciplines se diversifie et se formalise.

Le respect, valeur fondamentale dans tout sport, commence à être enseigné plus explicitement aux jeunes : respect des autres, des règles, du juge et de soi-même. Les sociétés de gym deviennent des lieux d'apprentissage social autant que sportif.

La question de la sécurité des jeunes sportifs devient centrale. L'évolution des connaissances médicales et des pratiques de prévention incite les sociétés de gym à standardiser les protocoles de sécurité : échauffement systématique, matériel adapté, surveillance accrue lors des entraînements.

Les sociétés de gym s'inscrivent dans cette dynamique. Elles adoptent progressivement des formations certifiées pour entraîneurs et des normes de protection des jeunes plus strictes.

2010-2020, l'accent est mis sur l'inclusion, la prévention des comportements à risque et la lutte contre la maltraitance. Des associations spécialisées travaillent avec les sociétés pour sensibiliser entraîneurs et dirigeants aux problématiques de harcèlement et de maltraitance dans le sport des jeunes, renforçant ainsi la sécurité psychologique des enfants.

La nécessité d'un environnement sûr se combine avec la promotion du respect mutuel à tous les niveaux, du terrain

aux vestiaires. Les sociétés multiplient les actions éducatives, les chartes de comportement et les formations pour encadrants.

Ces 5 dernières années, l'athlétisme dans le canton de Vaud s'est enrichi d'une perspective encore plus globale : non seulement la performance et la participation, mais aussi la sécurité physique et mentale, le respect des individus, et la gestion des risques sont au cœur des préoccupations.

Le programme J+S reste une pierre angulaire de l'offre sportive jeunesse, mais fait aujourd'hui face à des enjeux financiers qui peuvent impacter toutes les sociétés, notamment en

matière de recrutement de moniteurs formés et de prévention des dangers liés à la pratique sportive.

GymVaud et les sociétés de gym encouragent les jeunes à développer des compétences sportives, mais aussi des qualités humaines : respect du matériel, des adversaires, des règles, et respect de soi-même. La sécurité n'est plus seulement une contrainte technique mais une responsabilité collective, intégrée dans la culture de la société, dans l'organisation des compétitions et dans les interactions quotidiennes entre jeunes, entraîneurs et parents.

L'athlétisme dans les sociétés de gym a parcouru un

long chemin : d'une activité essentiellement communautaire à un environnement structuré, sécurisé et porteur de valeurs humaines profondes. L'évolution du respect, de la sécurité et de la sensibilisation aux dangers potentiels reflète une transformation sociétale plus large où le sport est reconnu non seulement pour ses bénéfices physiques, mais aussi pour son rôle éducatif et social.

Division Athlétisme

Antonio Panarese



La préparation mentale, alliée de la précision et de la confiance en gymnastique

1. La gymnastique est un sport particulièrement exigeant sur le plan mental. Quelles sont, selon vous, les clés essentielles de la préparation mentale pour aider les gymnastes à faire face à ces exigences ?

La gymnastique est un sport souvent pratiqué très tôt dans la vie, caractérisé par une spécialisation précoce et un volume d'entraînement élevé, ce qui peut comporter des risques pour la santé physique et mentale. Sur le plan mental, il est essentiel de prendre en compte ces spécificités.

La préparation mentale commence par un travail sur les bases de la santé mentale : trouver un équilibre entre l'école (ou le travail), le sport et la vie privée, préserver le plaisir de pratiquer et prévenir l'épuisement. Ce socle est indispensable avant d'engager un travail orienté vers la performance.

Parmi les clés essentielles, on retrouve le développement de l'estime de soi et de la confiance en soi, ainsi qu'une motivation qui ne repose pas uniquement sur les résultats, mais aussi sur le plaisir et le sentiment de progression. Des outils concrets comme la visuali-



sation permettent d'améliorer la précision des gestes, de renforcer la confiance et de mieux gérer le stress et la peur liés à la performance.

2. En quoi la gymnastique présente-t-elle des enjeux mentaux spécifiques, et comment la préparation mentale s'y applique-t-elle concrètement ?

Tous les sports comportent des enjeux mentaux, notamment la pression de la performance. La gymnastique se distingue toutefois par l'exigence d'un très haut

niveau de contrôle et de concentration : la performance se joue souvent sur quelques secondes, et la moindre distraction peut avoir un impact direct sur l'exécution.

Un-e gymnaste doit développer une connaissance fine de son corps et être capable d'influencer volontairement ses sensations, sa tension musculaire et son attention afin de réaliser des gestes extrêmement précis.

La préparation mentale intervient concrètement à ce niveau. L'imagerie mentale permet par exemple d'améliorer la précision et la stabilité des mouvements, tandis que les techniques de respiration aident à réguler le stress et à atteindre un niveau d'activation optimal. Elle vise aussi à laisser s'exprimer les automatismes construits à l'entraînement, sans sur-contrôle cognitif. Il ne s'agit pas de « pousser » l'athlète, mais de créer les conditions mentales favorables à l'expression de ses capacités.

3. La préparation mentale fonctionne-t-elle pour tout le monde et à quels moments est-elle la plus bénéfique ?

Chaque individu fonctionne différemment et aucune technique ne peut convenir de manière identique à tout le monde. Lorsqu'un outil ne fonctionne pas, cela ne signifie ni un échec ni que l'athlète est un « cas perdu ». La préparation mentale repose sur une approche individualisée, avec des ajustements en fonction des besoins et du fonctionnement de chacun.

Elle s'adresse à toute personne souhaitant agir positivement sur sa santé mentale et ses performances. Elle est particulièrement bénéfique à l'adolescence, période marquée par de nombreux

changements physiques, émotionnels et identitaires. Elle peut être utile aussi bien en prévention qu'en réponse à des difficultés spécifiques comme le stress en compétition, les blocages ou la perte de motivation, et s'inscrit dans un processus de développement à long terme.

4. Pouvez-vous donner un exemple concret issu de votre pratique ?

J'ai accompagné une jeune gymnaste très performante à l'entraînement mais en grande difficulté en compétition, avec un stress élevé et des erreurs inhabituelles. Le travail a porté sur la compréhension de ses réactions face au stress et sur la mise en place d'une routine pré-compétition incluant respiration et focalisation de l'attention. Progressivement, elle a appris à réguler son stress et à se rapprocher en compétition de son niveau d'entraînement.

J'ai également accompagné une gymnaste de 15 ans ayant développé une forte peur sur une figure après une chute à la poutre. Grâce à une désensibilisation progressive, combinant visualisation, exercices corporels et reprise graduelle du geste, elle a pu diminuer sa peur, retrouver son contrôle et reprendre confiance.



Prenez rendez-vous avec Mona Utler, Spécialiste en psychologie du sport et préparation mentale à Motion-Lab :

Chemin du Petit-Flon 29
1052 Le Mont-sur-Lausanne
+41 21 512 40 00 www.motion-lab.ch





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

www.eca-vaud.ch

 **ECA**
Prévenir Secourir Assurer

Les résultats du concours durabilité 2025 ont été dévoilés

Dans le cadre de la première édition du «concours durabilité» visant les compétitions GymVaud, la Commission Durabilité a récompensé, en 2025, trois sociétés de gymnastique pour leurs efforts sur les questions de la durabilité. Ainsi les sociétés de Vallorbe (Challenge Gym Tests), d'Yvonand (Championnat vaudois Agrès Individuels) et de Pully (Championnat Vaudois Agrès et Gymnastique de Sociétés) ont vu leur rétrocession due à GymVaud diminuée.

La participation à cette première année de concours a atteint les espérances. En effet, huit sociétés se sont lancées dans ce défi de porter une attention particulière à la durabilité dans les manifestations qu'elles organisaient. Pour cela, la Commission Durabilité a élaboré une grille d'évaluation avec plusieurs indicateurs répartis en trois catégories (santé, offre alimentaire, déchets), afin de pouvoir apprécier l'engagement des sociétés participantes. Une catégorie «bonus» offrait de plus aux sociétés une certaine liberté d'être créatives dans les solutions proposées.

Ainsi, les sociétés de Vallorbe et d'Yvonand ont marqué le plus de points, atteignant un score de 24

points sur 38. La société de Pully arrive deuxième avec un score de 20 points. Les deux premières sociétés ont donc vu leur rétrocession diminuer de 45%, fixée au prorata du nombre de participantes et participants aux compétitions, tandis que Pully a bénéficié d'une baisse de 30% du montant dû à GymVaud.

L'organisation de ce concours par la Commission Durabilité a été rendue possible grâce à l'obtention d'un subventionnement du Fonds durabilité de la Fête fédérale de Gymnastique Lausanne 2025. Il s'inscrit dans un effort de sensibilisation par le biais de mesures incitatives des sociétés de gymnastique et du monde du sport en général à la durabilité dans ses trois dimensions (sociale, économique et environnementale). Le subventionnement obtenu doit permettre la tenue de ce concours pendant trois ans (2025-2026-2027).

Nous tenons à féliciter chaleureusement toutes les sociétés ayant pris part à cette première édition, et nous nous réjouissons d'ores et déjà de la deuxième édition de ce concours prévue en 2026 !



GYMVAUD

Commission Durabilité

Karel Ziehli

TRADITIONS DES GYMNASTES

Gymnastes vaudois pionniers du ski



Cours de ski de la SFG Le Sentier, 1919 (doc. GymVaud)

Si l'introduction du ski chez nous est largement liée à l'essor du tourisme alpestre à la fin du XIX^e siècle, les populations locales s'y sont immédiatement associées, notamment dans le Jura vaudois. Les gymnastes de Ste-Croix et de la Vallée de Joux ont eu une part active dans cet essor et figurent parmi les pionniers, avant que les Sociétés cantonale et fédérale décident de s'occuper de ski.

Les «patins norvégiens» apparaissent en Suisse, timidement, entre 1860 et 1890. Des clubs de ski sont fondés à la Vallée (1890) et à Ste-Croix (1904). On y pratique ce qu'on nomme aujourd'hui le ski nordique dont le saut. Les skis sont en frêne massif, longs de plus de 2

mètres, souvent de fabrication locale. Une Association suisse des clubs de ski (ASCS) est fondée en 1904. Le ski dit alpin se développe après 1910, sous l'influence de touristes anglais.

Les sociétés de gymnastique, dans le Jura vaudois particulièrement, ne tardent pas à s'intéresser au ski. La section de Ste-Croix crée une sous-section en 1910. Elle propose des cours, des sorties (obligatoires pour les membres) et participe aux concours régionaux, notamment de saut. La section du Sentier met sur pied, dès 1919, des cours de ski, les mercredis et samedis après-midi et les dimanches matin. Au programme : assouplissement, équilibre, freinage, télémark et

christiania pour les avancés. On termine parfois par une descente en couple, main dans la main, jugée sur l'élégance de l'exécution. Comptant jusqu'à 120 participant-e-s, ces cours sont abandonnés vers 1950, en raison de la concurrence avec les sociétés spécialisées.

Nous n'avons pas d'informations à ce sujet pour Château-d'Oex ou Leysin où existaient des sections de gymnastique. Dans la plaine, de nombreuses sociétés organisent des sorties à ski, voire des camps et des concours internes, notamment celles qui possèdent un chalet, comme Lausanne-Bourgeoise aux Paccots.

La Société cantonale vaudoise de gymnastique (SCVG) suit le mouvement le mouvement au milieu des années 20, avec des cours de ski de plus en plus réguliers. En 1942 est lancée une Journée cantonale de ski, qui privilégie la polyvalence : combiné géant – fond – gymkhana. Elle a lieu régulièrement jusqu'en 1998. L'Association vaudoise de gymnastique féminine (AVGF) organise, depuis les années 50, des cours si fréquentés qu'il faut parfois les doubler ou les tripler ! Depuis la fusion de 2001, la nouvelle Association a renoncé aux activités liées au ski, pour mieux concentrer ses forces.

Oubliant les groupes romands, les livres d'histoire de la Société fédérale de gymnastique (SFG) annoncent les premières sous-sections de ski à Zurich en 1908 et d'autres alémaniques à partir de 1914. Craignant la concurrence des autres sports pour ses effectifs et pour sa position dans la politique fédérale de l'éducation physique, la SFG se diversifie et propose des cours centraux de ski (dès 1917), puis une méthode d'enseignement (1924) qui privilégie une formation éclectique (style, virages, sauts, slalom, course d'estafette, ...). Une Commission de ski est créée en 1933

Gymnastique et ski. — Sur la demande de plusieurs de ses membres, la Société fédérale de gymnastique de Ste-Croix a fondé une sous-section de ski.

Durant les longs mois d'hiver, les gymnastes, jeunes et vieux, trouveront là l'occasion de se livrer aux exercices délassants et hygiéniques que donne la pratique du ski, devenue populaire en Suisse et surtout dans notre beau Jura qui se prête si favorablement à ce genre de sport. (Communiqué.)

Journal de Grandson et Feuille d'Avis de Ste-Croix, 22.10.1910

et la SFG revendique 30'000 skieurs et 165 sous-sections de ski en 1938. Les relations avec l'ASCS ne sont pas au beau fixe : la FSG se veut plus «nationale», moins tournée vers la compétition d'élite et revendique son autonomie, surtout financière, dans la formation des moniteurs. En 1939, une première Journée fédérale des gymnastes-skieurs est organisée au grand déplaisir de l'ASCS qui obtient en 1942 un accord selon lequel la SFG se contentera de concours par équipes.

Les Journées fédérales disparaissent avec les années 2000,

tout comme la Commission fédérale de ski. La gymnastique de nos sociétés et associations a certes une définition très large et comprend de nombreuses activités ; mais on peut évidemment comprendre que GymVaud et la FSG se soient désengagées institutionnellement du ski qui, bien que largement pratiqué par leurs membres, est assez éloigné de leur «cœur de cible».

J.-F. Martin

Pour en savoir plus : une version plus complète et mieux illustrée de cet article est disponible sur www.jfmhistoire.ch/gymnastique

STOCK
publicité

PARTENAIRE GYMVAUD
pour vos récompenses, trophées, médailles.



info@stock-pub.ch



Magasin
Montagny-près-Yverdon



Production
Payerne



Suivez-nous!

Marquages dans nos ateliers sur des marques comme :



En Chamard 47C | 1442 Montagny-près-Yverdon | 024 445 50 07 | info@stock-pub.ch



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

devillard.ch



GED • COPIEURS • IT

devillard

GYM

Revue officielle
de la gymnastique vaudoise

N° 144 - Février 2026 -
35^e année

Prochaine édition:
N°145 – Mai 2026
(Merci d'envoyer un mail à laure.vullioud@acvg.ch avant le 15.04.2026
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:

Laure Vullioud,
responsable
laure.vullioud@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 Print Conseil Logistique SA
Rue du Marais 17
Case postale 99
1020 Renens
www.pcl.ch

Légende page de couverture

Les actifs-actives de la FSG Yverdon
Amis-Gymnastes au Gymotion 2026

Crédit photo : Benjamin Ambühl



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



Nous avons un coup de cœur pour **les jeunes gymnastes de la région.**

Soutenir les organisations locales qui œuvrent
pour le bien de la communauté est au cœur de
l'engagement de Nestlé dans la région.



Nestlé  **Community**
Votre région, notre nid