

Fun de Gym

Le magazine de l'ACNG

No 4 - 2016

Association Cantonale
Neuchâteloise de Gymnastique



Championnat romand d'athlétisme 2016 au stade des
Geneveys-sur-Coffrane – lancer du Vortex

Partenaire officiel de l'ACNG:





Training exclusif club



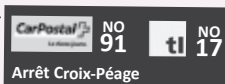
Venez visiter notre Boutique!

La Pierreire 2
1029 Villars-Ste-Croix
021 320 99 43



Genève 45'
Lausanne 15'
Monthey 42'

Morges 13'
Nyon 30'
Yverdon 23'



lundi - vendredi
10H00 - 18H00
samedi
9H00 - 17H00

ou Shop online **WWW.CarlasPort.Ch**



Sommaire

Editorial	3
Le coin de l'ACNG	4
- Qui sera notre président-e ? - Responsable des réseaux sociaux - Conférence des Dirigeants Techniques (CDT) et Moniteurs	
Le coin de la FSG	7
Nouvelle rédactrice de GYMlive	
Le coin de la formation	8
Plan des cours 2017	
Le coin des événements	10
- Calendrier des manifestations - Championnat d'athlétisme - Championnat régional Agrès	
Le coin des photos	14
- Gymnastes artistiques 24 Heures Gym - Neuchâtel Gym 100 ans	
Le coin de la formation	20
- Nouvelle offre P+E - Du nouveau à la gym enfantine	
Le coin de la prévention	22
MIRA	
Le coin des événements	24
- Neuch GymCup - La Suisse bouge - Fit avec la gym	
Le coin des vétérans	27
Le coin des honoraires	28
Le coin des vœux	29

Editorial

QUELQUES POINTS FORTS



Les fêtes des Vendanges sont désormais sources de deniers pour les crouilles des sociétés de gymnastique.

La Commune de Val-de-Ruz remporte le 1^{er} prix de la Suisse bouge 2016

Un partenariat gagnant pour l'ACNG.

24Heures GYM en images

Place au CO et à son chaleureux accueil de l'édition 2016. Des idées émergent pour 2017... Et pourquoi pas une journée dédiée à l'athlétisme !

2018 – Année du renouvellement de la présidence de l'ACNG

Le comité cantonal insiste sur la nécessité de dénicher la nouvelle présidente ou le nouveau président de l'ACNG.

Noël 2016 et les années à venir

C'est avec impatience que nous attendons les moments magiques de Noël ! L'occasion de vous souhaiter de très belles fêtes et de vous féliciter pour vos succès sportifs et votre dévouement bénévole à la cause de la gymnastique. 2017 sera l'année décisive des préparatifs en vue de la Fête romande 2018 à Lausanne et, en 2019, la Fête fédérale à Aarau et la Gymnastrada à Dornbirn. A vos maniques... Bons rêves à tous...

Martine Jacot
Présidente ACNG

Qui sera notre présidente ? ou notre président ?



L'**ACNG**, c'est une Association au top !

La diriger, c'est une aventure passionnante,
toujours variée, toujours enrichissante !

Voici pourquoi vous aurez raison de vous laisser tenter :

- Autour de vous, il y aura un **Comité cantonal structuré** et rodé !
- C'est toute une **équipe soudée**, efficace, au taquet !
- Les tâches y ont été bien réparties : **vous n'aurez pas tout sur les épaules !**
- Votre mandat est **limité dans le temps**, et illimité dans les satisfactions !

Posez vite votre candidature avant que la place ne soit prise !!!

**La prochaine présidente – le prochain président :
Et si c'était vous !**

Informations et candidatures auprès de : Martine Jacot, Présidente cantonale, mjacot@bluewin.ch

Responsable des réseaux sociaux



Facebook, Instagram, Twitter... C'est
la base !

Une ACNG connectée : voilà ce qu'il faut !

Pour mettre l'ACNG « dans le coup », le Comité cantonal cherche un-e **responsable des réseaux sociaux**. Le but est de rendre la communication plus directe entre les membres et le Comité cantonal, d'avoir « à chaud » sous les yeux les impressions ou les demandes de chacun, de questionner, de répondre, d'informer – tout cela avec les moyens d'aujourd'hui.

Ce nouveau poste dans l'ACNG est à pourvoir au plus vite, idéalement pour l'AD 2016 !

Il s'adresse à vous :

- Vous qui avez une **pratique des réseaux sociaux**,
- Vous qui êtes **jeune, moins jeune, plus très jeune**,
- Vous qui êtes **membre ou non de l'ACNG**,
- En un mot : vous qui voulez nous aider à partager encore mieux le plaisir de la Gym.

ça, c'est un job super !

Conférence des Dirigeants Techniques (CDT) et des Moniteurs

Invitation

mardi 31 janvier 2017 à 19 h 30,
Restaurant La Croisée à Malvilliers - Salle « Le Pavillon »

Au programme :

- 19 h 15 Accueil des participants
- 19 h 30 Conférence : « **L'alimentation du sportif** »
- 20 h 30 Activités techniques 2017
- 21 h 00 Fin de la conférence

Cette conférence s'inscrit dans le programme de formation continue des dirigeants de sociétés, et des moniteurs.

Dans l'attente de vous rencontrer tous à cette occasion, nous vous adressons nos salutations sportives les plus cordiales.

Le Comité cantonal ACNG

Réponse par courriel ou par poste au secrétariat jusqu'au 15 janvier 2017

Nom : Prénom :

Société / Groupe :

Je participerai à la conférence CDT : ☐ OUI ☐ NON
et je m'en excuse

secretariat@acng.ch ou Secrétariat ACNG, Route de Neuchâtel 3, 2053 Cernier

Nouvelle rédactrice du magazine GYMLive

Le 1^{er} juillet dernier, la rédaction du magazine GYMLive a accueilli

Marylène Walther,

nouvelle rédactrice responsable de l'édition romande. Marylène succède à Corinne Gabioud et est honorée de pouvoir s'engager en faveur de la Fédération suisse de gymnastique dont elle a été membre durant son enfance (FSG Bevaix).

Marylène est âgée de 38 ans et a grandi à Bevaix. Elle a ensuite vécu durant plus de douze ans à Bienne avant de venir s'établir dans la région lausannoise il y a cinq ans. Après avoir acquis une riche expérience en tant qu'assistante de direction (vente, marketing, communication, direction générale), elle s'est tournée vers le domaine de la communication écrite au cours de l'année 2012. Marylène a notamment travaillé au sein du département médias de Swiss Olympic (principalement en tant que traductrice) puis a été collaboratrice communication/rédactrice romande d'une grande association professionnelle. Au cours des deux dernières années, elle a œuvré comme traductrice indépendante (TradBox) et a été mandatée par plusieurs fédérations et organisations sportives suisses. Marylène est titulaire d'un diplôme de rédactrice en communication d'entreprise, d'un diplôme de traductrice et elle vient tout juste de suivre un CAS en communication. D'ici au mois



de septembre 2017, elle devra rendre un mémoire dont le but est de proposer un concept médias pour une organisation sportive.

Marylène Walther est heureuse d'avoir rejoint les rangs de la Fédération suisse

de gymnastique étant donné qu'elle était gymnaste de la FSG Bevaix durant son enfance et que son père a été président de ladite société durant quelques années. Elle garde d'agréables souvenirs des entraînements partagés avec une chouette bande de copains ainsi que des meetings.

Marylène se réjouit de ce nouveau défi professionnel et espère pouvoir apporter une touche romande au magazine GYMLive. Dans cette optique, elle accueille volontiers toutes idées de contenu, propositions de textes, photos ou autres remarques.

Coordonnées :

Marylène Walther, Caudoz 50E, 1009 Pully
Tél. 078 764 38 88
e-mail: marylene.walther@fsg-stv.ch



Plan des cours 2017

22 janvier 2017 à Neuchâtel (La Maladière)

Gymnastique, tests

S'inscrire jusqu'au 22 novembre 2016 auprès de Marie-France Di Basilico

29 janvier 2017 à Neuchâtel (La Maladière)

Jump-In, Intro monitariat

S'inscrire jusqu'au 29 novembre 2016 auprès d'Edmée Amez-Droz

29 janvier 2017 à Neuchâtel (La Maladière)

Agès individuel et sociétés, perfectionnement

S'inscrire jusqu'au 29 novembre 2016 auprès de Laure Habersaat

19 février 2017 à Neuchâtel (Le Mail)

Aérobic, perfectionnement

S'inscrire jusqu'au 19 décembre 2016 auprès de Brigitte Vonlanthen

19 février 2017 à Neuchâtel (Le Mail)

Gymnastique, perfectionnement

S'inscrire jusqu'au 19 décembre 2016 auprès de Marie-France Di Basilico

19 février 2017 à Neuchâtel (Le Mail)

Jeunesse, polysport, perfectionnement

S'inscrire jusqu'au 19 décembre 2016 auprès d'Edmée Amez-Droz

19 mars 2017 à Neuchâtel (La Maladière)

Dames/Hommes, perfectionnement

S'inscrire jusqu'au 19 janvier 2017 auprès d'Edmée Amez-Droz

19 mars 2017 à Neuchâtel (La Maladière)

Seniors, perfectionnement 1/2

S'inscrire jusqu'au 19 janvier 2017 auprès d'Edmée Amez-Droz

3-4 septembre 2017 à Lausanne

Congrès de formation, perfectionnement J+S

S'inscrire sur www.stv-fsg.ch

1^{er} octobre 2017 (lieu à définir)

Gymnastique, tests

S'inscrire jusqu'au 15 août 2017 auprès de Marie-France Di Basilico

21 octobre 2017 (lieu à définir)

Parents-enfants, perfectionnement

S'inscrire jusqu'au 21 août 2017 auprès de Stéphanie Schorpp

22 octobre 2017 (lieu à définir)

Gymnastique, cours à thème

S'inscrire jusqu'au 22 août 2017 auprès de Marie-France Di Basilico

28 octobre 2017 (lieu à définir)

Athlétisme, cours à thème

S'inscrire jusqu'au 28 août 2017 auprès de Christophe Pittet

28 octobre 2017 (lieu à définir)

Seniors, perfectionnement 1/2

S'inscrire jusqu'au 28 août 2017 auprès d'Edmée Amez-Droz

28 octobre 2017 (lieu à définir)

Dames/Hommes, cours à thème

S'inscrire jusqu'au 28 août 2017 auprès d'Edmée Amez-Droz

11 novembre 2017 (lieu à définir)

Enfantine, perfectionnement

S'inscrire jusqu'au 11 septembre 2017 auprès de Béatrice Nys

Calendrier des manifestations ACNG 2017

22 avril 2017 à Cernier (La Fontenelle)

Concours de printemps agrès

organisé par FSG Colombier

Inscription jusqu'au 22 février 2017

23 avril 2017 à Dombresson

Journée de tests de gymnastique

organisée par Femina Hauterive

Inscription jusqu'au 23 février 2017

29 avril 2017 (lieu à définir)

Meeting 3 stades

organisé par FSG Travers

29 avril 2017 (lieu à définir)

Première manche Lascars

Société organisatrice à définir

30 avril 2017 à Cernier (La Fontenelle)

Coupe neuchâteloise de gymnastique

Coupe neuchâteloise agrès jeunesse

organisées par Neuchâtel Gym

Inscription jusqu'au 24 février 2017

20 mai 2017 à Saint-Sulpice

Fête régionale du Val-de-Travers

organisée par FSG Saint-Sulpice

20-21 mai 2017 aux Geneveys-sur-Coffrane

Fête régionale du Val-de-Ruz

organisée par FSG Les Geneveys et Coffrane

10-11 juin 2017 au Locle

Championnat cantonal Agrès individuels

organisé par FSG Le Locle

Inscription jusqu'au 10 avril 2017

17 juin 2017 à Cornaux

Championnat cantonal de sociétés et

Coupe aérobic

organisés par FSG Cornaux

Inscription jusqu'au 24 février 2017

18 juin 2017 à Couvet

Fête cantonale Enfantine et Parents-Enfants

organisée par FSG Couvet

Inscription jusqu'au 18 avril 2017

27 août 2017 à Cernier (La Fontenelle)

NeuchGymCup + GymCup indiv. + A2

organisées par Femina Hauterive

Inscription jusqu'au 30 juin 2017

1^{er} septembre 2017 (lieu à définir)

Finale Lascars

Société organisatrice à définir

9 septembre 2017 aux Ponts-de-Martel

Fête ARGDL

organisée par FSG Les Ponts-de-Martel

10 septembre 2017 (lieu à définir)

Championnat cantonal d'athlétisme

Société organisatrice à définir

Inscription jusqu'au 25 juin 2017

23 septembre 2017 au Locle

Meeting 3 stades

organisé par FSG Le Locle

28 octobre 2017 (lieu à définir)

Neuch TeamCup

organisée par FSG Chézard - La Coudre - Pesieux

Inscription jusqu'au 11 septembre 2017

Championnat cantonal d'athlétisme de sociétés

Une année après une magnifique édition 2015 organisée par la FSG Bevaix, c'était au tour de la FSG Couvet de mettre sur pied l'édition 2016. Celle-ci s'est déroulée au Centre sportif régional du Val-de-Travers à Couvet le dimanche 11 septembre.

Tout a commencé au mois de mars 2016 avec la création du comité d'organisation (CO) qui se compose de Cyrielle (secrétaire), Fabienne (caissière), Bastien, Adrian et Jimmy (responsables technique et matériel), André (coupes et prix souvenirs), Nicolas, François et Maria (cantine), Johanna et Valentine (photographes), Frédéric (responsable des tables) et Gabriel (président). Un grand merci à tous sans qui cette



Couvet Jeunesse longueur

journée n'aurait pas pu se dérouler.

A 9 heures, les concours ont commencé tout comme l'année passée en présence de 11 équipes provenant de Bevaix, Môtiers, Le Locle, Savagnier et Couvet. Les athlètes se sont surpassés pour décrocher un titre que ce soit au lancer de la petite balle, au lancer du poids, au saut en longueur, au saut en hauteur, au cross (qui aux dires de certains athlètes était dur mais bien) pour se terminer par une estafette qui était suivie par un nombreux public prêt à encourager tous ces athlètes.

Vers 11h30, un vin d'honneur a été servi en présence de quelques personnalités du monde sportif et politique. Enfin aux alentours de 16 heures, les résultats ont été donnés sous un soleil qui nous

a accompagné durant toute la journée.

Un grand merci encore à tous les bénévoles qui ont œuvré pendant ce concours ainsi qu'aux sponsors qui nous sont fidèles lors de ces manifestations.

*Gabriel Uelligger
Président du CO*



Couvet Jeunesse balle

(Photo dans le texte : Le Locle Actifs Cross)



Môtiers Jeunesse cross



Bevaix Jeunesse estafette

Championnat régional Agrès individuels

Toutes nos félicitations aux gymnastes neuchâtelois pour leurs magnifiques performances ! Un bravo particulier à :

Héloïse Guye-Bergeret en C5 (Val-de-Ruz) et Ryad Boussaïd en C4 (Chézard-St-Martin) pour leur première place ;

Maeva Roca en C5 (Colombier) et Simon Othenin-Girard en C6 (Chézard-St-Martin) pour leur deuxième place ;

Marine Berthoud en C6 (Val-de-Ruz) et Steven Recordon en C6 (Le Landeron) pour leur troisième place.



1^{ère} place de Ryad Boussaïd en C4.



1^{ère} place d'Héloïse Guye-Bergeret et
2^e place de Maeva Roca en C5.



3^e place de Marine Berthoud en C6.



2^e place de Simon Othenin-Girard et
3^e place de Steven Recordon en C6.

Enfin, un grand bravo également aux trente gymnastes distingués.

Gymnastes artistiques neuchâtelois et leurs entraîneurs
au championnat romand artistique par équipe 2016



24 Heures Gym : Le tir à l'arc



Le coin des photos



Christophe Galzin, judo.



Clothilde Schmid, TRX.



Filka Pennisi, gym ACRO.



Yoga Start UP.



AGVR, logistique.



Catherine Oppliger, rythmique des seniors.



Gym avec une chaise.



Séverine Chedel,
alimentation du sportif.



Sonja Aschwanden, yoga.



Chloé Blanc, course
d'orientation.



Un auditoire attentif.



Martin Barrette, KinBall.

Le coin des photos

Le coin des photos



Production rétro.



Chantal, présidente d'organisation, et Martine, présidente ACNG.



Le comité chante.



Comité d'organisation.



Les agrès.



Souper de gala à Boudry.

MUKIHIT

Nouvelle offre FSG pour la Gym Parents-Enfants



La FSG, en collaboration avec Coop, propose une offre pour toutes les sociétés ayant un groupe P+E et ce dans toute la Suisse. Monika Renk (responsable du domaine spécialisé P+E) et son équipe ont préparé tout un concept sur le thème des animaux pour faire bouger les enfants de 3 à 5 ans. Cette offre est réservée aux membres de la FSG.

trices et un support de travail, chacun(e) d'entre eux(elles) pourra les imaginer en fonction de sa personnalité.

Pour bénéficier de cette offre, le moniteur ou la monitrice doit participer à un cours de perfectionnement. Ainsi, le concept sera présenté de la même manière dans une société genevoise, bernoise ou neuchâteloise. Cette manière de procéder a aussi le grand avantage de permettre par la suite un partage d'idées des sociétés participantes.



Après en avoir pris connaissance lors d'un cours FSG, Sylvie Grünig et moi-même sommes rentrées très enthousiastes. Dans notre CP

du 29 octobre, nous en avons présenté le cadre et l'avons fait vivre dans différentes leçons tout au long de la journée.

Un grand bravo à l'équipe de Monika pour son investissement ! C'est une très belle manière de développer la gymnastique Parents-Enfants et de soutenir toutes les monitrices qui s'investissent dans le mouvement pour les petits.

Stéphanie Schorpp



En inscrivant son groupe, le moniteur ou la monitrice reçoit un support lui permettant de faire vivre mille et une aventures à ses gymnastes. C'est une source d'idées presque inépuisable pour monter des leçons ludiques dans l'esprit de la gymnastique Parents-Enfants. Avec un cadre très souple, quelques idées direc-

Du nouveau à la gym enfantine

2016 s'annonce comme une grande année de nouveautés pour « l'enfantine ». Lors du cours de perfectionnement du 30 avril au Landeron, les moniteurs et monitrices ont pu faire connaissance de notre nouveau signe distinctif. Après plus de 40 ans de service, notre clown a pris une retraite bien méritée. Il est remplacé par deux charmants personnages, capables de démontrer les formes de bases du mouvement du sport des enfants Jeunesse et Sport et de la gym enfantine, ainsi que plein d'autres mouvements. Ils démontrent aussi les exercices du 1^{er} *Hit gym enfantine* et illustrent le jeu de l'oe géant et la boîte de jeux que la Commission enfantine de la FSG a créés tout exprès à l'occasion de cette « naissance ».

Le *Hit gym enfantine*, présenté au Cours de perfectionnement, présente trois exercices avec deux degrés de difficulté dans chacune des disciplines de la FSG – agrès, gymnastique, athlétisme et jeux – ainsi que des idées de jeux d'échauffement et de fin de leçon. Les exercices sont ludiques et adaptés à des enfants de 5 à 7 ans. Ils peuvent facilement être intégrés dans les leçons de gym. Le déroulement du *Hit* se fait de la manière suivante : la monitrice inscrit son groupe sous www.stv-fsg.ch/branchessportives/gymnas-

tique/sportdesenfants pour recevoir un code pour le téléchargement des documents nécessaires. Pour chaque enfant, les monitrices remplissent une feuille de poste à mesure de la réussite des exercices travaillés lors de plusieurs leçons. Les fiches de postes remplies sont à renvoyer à la FSG. La monitrice responsable reçoit ensuite un cadeau à distribuer aux enfants.



Pour terminer signalons la parution, après près de deux ans de travail, du nouveau manuel de formation pour monitrices enfantine/J+S sport des enfants. Quatre associations sportives en Suisse – le SVKT, la Sport Union Schweiz, le Satut et la FSG – ont des groupes de gymnastique enfantine et forment des moniteurs. Toutes les quatre ont décidé, ces dernières années, de lier leur formation à celle de Jeunesse et Sports, tout en gardant « l'esprit » de leur association et en

utilisant leur propre matériel didactique en complément des brochures J+S.

Pour la Gym enfantine, le désir a été émis de créer une brochure commune aux quatre associations en complément du manuel-clé J+S. Nous, responsables de la Commission enfantine de la FSG, et nos collègues des autres associations, nous sommes retrouvés à Aarau, à Emmenbrücke ou à Yverdon pour des séances de travail, parfois à 10, parfois à 3. Un travail intense mais qui nous remplit finalement de la fierté d'avoir pu rassembler autant d'intérêts parfois divergents autour d'une table pour créer un support didactique commun qui nous ressemble et que nous sommes heureuses de pouvoir proposer aux futures monitrices enfantines. Les premiers Romands à en profiter seront les participants au Cours de base qui aura lieu au printemps 2017 à Leysin.

Les jeux peuvent être commandés à la FSG. Pour tout renseignement concernant le *Hit gym enfantine* ou la formation, vous pouvez vous adresser à Béatrice Nys, membre de la Commission enfantine de la FSG et responsable Enfantine de l'ACNG.

(beatrice.nys@gmail.com)

Quatre bonnes raisons de parler des contacts physiques dans le cadre de la gymnastique

Parce qu'il y a des risques spécifiques dans tous les clubs

Dans les entraînements de gymnastique, tant dans l'apprentissage que pour la sécurité des enfants, il y a des gestes spécifiques « adéquats » ou « essentiels » à accomplir.

Il est important que les dirigeants des clubs et les entraîneurs expliquent aux enfants (ainsi qu'aux parents) quels sont ces gestes spécifiques « adéquats » à la gymnastique. Car des contacts physiques peu clairs peuvent entraîner soit des erreurs d'interprétation, (un parent pourrait mal comprendre un geste spécifique essentiel et imaginer que l'entraîneur est en train de dépasser les limites ou commettre un abus), soit empêcher le constat d'un réel abus sexuel.

Ainsi, pour éviter que des enfants ou des adultes ne soient mis en danger, il est important d'apprendre à communiquer sur ce qui est permis/normal/habituel durant l'entraînement et, par extension, sur ce qui n'est pas acceptable.

Parce qu'il y a, dans chaque club, des jeunes qui ont été ou qui sont encore concernés

Dans ses 18 années d'existence, *mira* est intervenue sur près de 450 cas de soupçons ou d'abus sexuels avérés dans les milieux du sport et des loisirs. Le fait de parler des contacts physiques au sein d'un club va permettre de lever le tabou de l'abus sexuel, et offrira la possibilité à des jeunes – qui ont été ou qui sont encore concernés – d'oser s'exprimer sur ce qu'ils ont vécu, ou sur ce qu'ils vivent aujourd'hui.

Parce qu'il faut éviter d'être démuni si la question se pose

En d'autres termes : que faire en cas de soupçons ou en cas d'abus ?

Régulièrement, nous observons qu'en cas de soupçons ou d'abus, les clubs se retrouvent démunis et ne savent pas que faire pour gérer la situation.

Mettre en place une prévention des abus sexuels et avoir un schéma d'intervention, c'est aussi informer

tous les membres du club quant à la marche à suivre en cas de soupçons, ou d'abus sexuel avéré. Ainsi, le club pourra assurer qu'il agira de la même manière, quel que soit l'adulte mis en cause (trop souvent encore, on a tendance à fermer les yeux si l'adulte mis en cause est un entraîneur très en vue, alors que l'on dénoncera plus facilement le nouveau venu).

Parce que les clubs sont des cibles privilégiées pour des individus mal intentionnés

Les clubs de gymnastique ont besoin d'adultes qui encadrent, entraînent et s'occupent des enfants ou des adolescents. Mais, étant donné qu'il est de plus en plus difficile de trouver des entraîneurs, il est fréquent de constater que dès qu'un adulte se montre intéressé à s'occuper d'enfants il est rapidement engagé. Pour un individu souhaitant abuser d'enfants, ceci est une aubaine ! L'association *mira* est convaincue que la sécurité des enfants ne devrait jamais être subordonnée au besoin d'encadrants. Ainsi, lors de tout « engagement » d'un



nouvel adulte, il est essentiel que les dirigeants du club s'informent auprès de ses « précédents employeurs ».

Pour tout renseignement
www.mira.ch, 021 312 21 28

Avec le soutien de



Il faut être attentif à la problématique des abus sexuels dans le sport, mais il ne faut pas voir le mal partout !



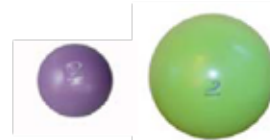
TRIDEX Bande latex



Le bon équilibre au quotidien avec les balance discs bfu



BLACKROLL



Ballons tendres



Swissball®

... et beaucoup plus chez:

www.vistawell.ch

office@vistawell.ch
Tél. 032 841 42 52



Made in Switzerland

Distribution officielle
Produits



Neuch GymCup – GymCup individuelle et A2

Dimanche 4 septembre 2016, troisième édition de ce concours

Pas moins de 150 gymnastes se sont donc retrouvés à La Fontenelle. Les sociétés cantonales « habituelles », rejointes par trois sociétés ex-



Couvets - 12 ans

ternes, seront les actrices de cette dernière journée cantonale de concours. Elle permet aux sociétés présentes – qui participeront en décembre aux championnats suisses – d'évaluer leur progression. Cas échéant, elles auront le temps de peaufiner un passage de leur chorégraphie.

10h15, début des concours. Les productions s'enchaînent durant la matinée par les productions société et suivies l'après-midi par les gymnastes individuelles et A2.

A 15 heures, démonstration des novices et des actives de Femina Hauterive, société organisatrice. Puis à l'heure prévue des résultats, toutes les gymnastes ont pu exécuter une *Flash Mob* concoctée pour cette journée. Vite apprise, un moment sympathique pour les gymnastes et pour le public conquis, qui lors du deuxième passage de « Sofia » a été invité à se lever et à y prendre part, tout comme les représentants de la commune d'Hauterive et de l'ACNG qui venaient de distribuer les coupes et médailles aux gagnantes du jour.



Femina Hauterive - 12 ans

Vous trouverez sur le site de l'ACNG, www.acng.ch, les résultats de cette journée.

Un grand merci à vous tous, membres de l'ACNG, gym-



Neuchâtel Gym - 12 ans

nastes, familles, notre meilleur public, et nombreux bénévoles. Cette journée, empreinte de convivialité, s'est déroulée dans un esprit de franche camaraderie. Un échange intercantonal fructueux dans un « petit concours » sans autre objectif que l'amitié et un agréable moment, permettant aux groupes qui ne participeront plus cette année à des concours de clore la saison de manière fort agréable.

Au plaisir de vous revoir en 2017.

Eliane Billod

La Suisse bouge

La Commune de Val-de-Ruz remporte le « Prix du duel intercommunal Coop de la Suisse bouge »

Pour la deuxième année consécutive, la Commune de Val-de-Ruz a pris part à la manifestation nationale *la Suisse bouge* en mai dernier. Grâce à un comité très motivé et à la richesse des événements organisés par le comité d'organisation, la Commune de Val-de-Ruz a eu l'honneur de remporter le concours récompensant la Commune ayant mis sur pied le programme le plus varié. C'est ainsi un montant de CHF 6'000 qui est attribué à la Commune de Val-de-Ruz.

Un comité très motivé, composé de bénévoles représentant diverses associations et sociétés locales, entouré par quelques personnes de la commune, a mis sur pied un programme très riche du 20 au 28 mai dernier. Ce ne sont pas moins de 32 manifestations différentes qui se sont déroulées durant la semaine. En grande nouveauté pour l'édition 2016, les personnes à mobilité réduite ont également pu participer, cela grâce à l'implication de la fondation *Just for Smiles*, ainsi que des associations *Fun for All* et *Rafroball*. Au total, plus de 8'600 participants ont réalisé 967'070 minutes de mouvement.

Au vu de l'implication des associations et sociétés

locales, il a été décidé que cette somme ne resterait pas dans les comptes communaux, mais serait reversée intégralement à *Just for Smiles*, à *Fun for All*, à *Rafroball*, à V2R bouge, à l'ACNG et à la Commission sportive du CSV (Cercle scolaire du Val-de-Ruz). La Commune

de Val-de-Ruz se dit fière de soutenir les partenaires prêts à mouiller leur maillot dans des projets originaux.

Rendez-vous est pris pour l'édition 2017 de *la Suisse bouge*, qui aura lieu du 5 au 13 mai.





Cette saison, la FSG propose une version élargie de son offre Fit en Hiver TRAININGS. Désormais, il est possible de choisir entre trois programmes :

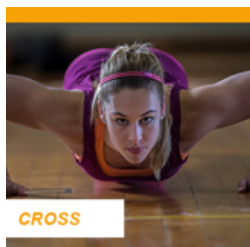


Fit en hiver TRAINING

Classique et ayant fait ses preuves

- Combinaison parfaite entre force, coordination et souplesse
- Lien entre des contenus d'entraînement classiques et modernes
- Trois niveaux de difficultés pour une adaptation optimale aux différents niveaux

Tout le monde est le bienvenu, indépendamment de l'âge et du niveau de condition physique.



Fit en hiver CROSS

Esthétique, fort et endurant

- Vis tes limites personnelles
- Entraînement varié cardio et exigeant

Groupes et personnes habituées à une grande activité physique, recherchant de nouveaux défis et voulant toujours repousser leurs limites personnelles.



Fit en hiver DANCE

Moderne, harmonieux et rythmé

- Développe force, stabilité et coordination grâce à des chorégraphies
- Six différents styles de musique et de danse

Ceux qui décrivent la danse comme leur passion et qui aime rester en forme sont à la bonne adresse. Les différentes chorégraphies proposent une offre attrayante pour tout le monde, indépendamment de l'âge et des intérêts.

De plus amples informations sous www.winterfit.info

Association Cantonale Neuchâteloise des Gymnastes Vétérans

L'ACNGV est une association regroupant 183 membres cantonaux répartis en 5 régions. Elle rassemble des gymnastes issus des sociétés de tout le canton. Il faut avoir 15 ans de sociétariat et être âgé de 45 ans pour être vétéran cantonal. L'annonce sera faite par sa société. A 50 ans, les vétérans cantonaux deviennent automatiquement vétérans fédéraux.

Nous nous retrouvons une fois par année, en avril, pour notre assemblée générale annuelle suivie d'un traditionnel repas « tripes » ... ou autre pour celles et ceux qui ne les apprécient pas.

En octobre, une délégation se rend à la « Landsgemeinde » fédérale. Cette année, elle a eu lieu le dimanche 16 octobre à Brugg-Windisch ; dix vétérans s'y sont rendus. Lors de ce rassemblement fédéral, les membres qui ont suivi au minimum cinq assemblées fédérales et sont âgés de 80 ans ou plus reçoivent l'insigne OR pour honorer leur fidélité à la gymnastique et à ses valeurs.

Cette année, deux neuchâtelois ont été honorés, Paul Stäubli, malheureusement absent, et le président d'honneur de l'ACNG, Fred Siegenthaler. Sincères félicitations.

En 2017, la réunion fédérale aura lieu à Montreux. Les Romands sont à nouveau gâtés puisqu'en 2015, la réunion avait eu lieu à Delémont.

Notre doyen cantonal, André Landry, est né en 1920 – alors que les plus jeunes ont vu le jour en 1970. L'activité en salle reste un plaisir pour celles et ceux qui le peuvent encore.

L'un de nos buts est de **soutenir financièrement les**

sociétés organisatrices de concours pour la jeunesse, ainsi que les groupes « jeunesse » représentant notre canton à l'étranger, par exemple à l'*EuroGym* pour les jeunes de Peseux cette année. Nous apportons également une contribution à l'ACNG lors de la distribution des Mérites sportifs à l'Assemblée des Délégués.

Pour perpétuer notre action, nous avons besoin de vous...

Si vous avez envie de soutenir notre jeunesse cantonale, parlez-en à votre comité et rejoignez-nous, comme vétéran. La jeunesse vous sera reconnaissante de votre soutien financier pour s'adonner à son sport favori.

N'oublions pas que la jeunesse est aussi l'avenir de notre association !

Eliane Billod et François Steinmann



(de g. à dr.) Bernard Cattin, Pierre Schwab, Lucien Dubois, François Steinmann, Eliane Billod, Eric Gacond, Fred Siegenthaler, Robert Gaille, Georges Guerdat, Willy Grau.
(Manquent : Arielle Lavanchy et Paul Stäubli)

Aimer bouger !



pa. Les gymnastes de tout âge aiment bouger, jouer et rigoler (boire un coup aussi), c'est bien connu.

Preuve en est cette gymnaste qui a rallié la cabane des Tourbiers à vélo et qui a ensuite encore fait une belle balade avant de rentrer chez elle. Certains diront : « Oui, mais c'était un vélo électrique ! » Ce à quoi nous répondons : « Chapeau ! C'est mieux (pour l'environnement et la santé) que de se déplacer en voiture. BRAVO ! »

L'été touche à sa fin et le pique-nique des membres honoraires aux Tourbiers est déjà de l'histoire ancienne. Cet événement s'est déroulé par une belle journée ensoleillée avec une petite vingtaine de participants.

Pour l'occasion, le comité des membres honoraires avait préparé avec amour apéro, salades, desserts et café, chacun apportant sa viande et sa bonne humeur.

Jeux et animation étaient au programme de cette journée super sym-



Quand on aime bouger, c'est pour la vie et tant que la santé le permet, pourquoi s'en priver ?

Et vous alors ? Les groupes de seniors des sociétés de gymnastique vous attendent ! A bon entendre !

Christiane Vauthier
Pour la commission des membres honoraires



GYM GYM GYM GYM GYM GYM GYM GYM GYM GYM

FIER FRANC FORT FIDELE FIER FRANC FORT FIDELE

**Pour une année réussie
Plus forts ensemble pour 2017**

JOYEUX NOEL A TOUS

Impressum

Bulletin officiel de l'ACNG
paraît quatre fois par année
(mi-mars, mi-juin,
mi-septembre et mi-novembre)

Remise textes et photos
1.2 / 1.5 / 1.8 / 1.10
1600 exemplaires :
distribués aux membres
de l'ACNG, à la Fédération
Suisse de Gymnastique FSG
et aux associations cantonales
de gymnastique de Suisse
romande

Comité de rédaction :
Martine Jacot
Pierre-Henri Béguin
avec le soutien et
des photos de ProNeuch

Mise en page :
Textuelle
Rte du Roc 1, 2087 Cornaux

Impression :
Imprimerie H. Messeiller SA
Route des Falaises 94
2000 Neuchâtel
www.messeiller.ch

**Mutations, changements
d'adresses et
Secrétariat ACNG**
Route de Neuchâtel 3
2053 Cernier
Tél. 032 852 07 22
secretariat@acng.ch



120 ans 1895 2015
Meubles Leitenberg
Habitat et bien-être

Stressless
TEMPUR
de Sede
SWITZERLAND

www.leitenberg.com La Chaux-de-Fonds

Nous avons déménagé!
Venez découvrir nos nouveaux locaux
ainsi que la star de l'imprimerie, la Komori
Lithrone G40.
Cette presse dotée de la technologie H-UV
(séchage ultra rapide) est unique dans le
canton!

Où nous trouver:
Route des Falaises 94
2000 Neuchâtel
Tél. +41 (0)32 725 12 96
Fax +41 (0)32 724 19 37
www.messeiller.ch

imprimerie
messeiller sa

Tarifs et annonces pour sociétés et entreprises

Bulletin officiel ACNG – *Fun de Gym*

Taille	Prix par numéro	Prix pour 1 an (-20%)
¼ de page	CHF 50.–	CHF 150.–
½ de page	CHF 75.–	CHF 220.–
¾ de page	CHF 100.–	CHF 300.–
1 page	CHF 150.–	CHF 450.–

A large orange rectangle serves as the background for the central text. Inside this rectangle, a white outline of a house roof is centered. Four stylized leaves are positioned around the roof: a green leaf at the top, a blue leaf on the left, a yellow leaf on the right, and a red leaf at the bottom. The text "Un bouquet d'énergies dans le canton de Neuchâtel !" is written in white, bold, sans-serif font inside the white house outline.

Un bouquet d'énergies dans le canton de Neuchâtel !

Proche et incontournable, Viteos,
votre fournisseur d'électricité,
de gaz naturel, d'eau et de chaleur.
www.viteos.ch