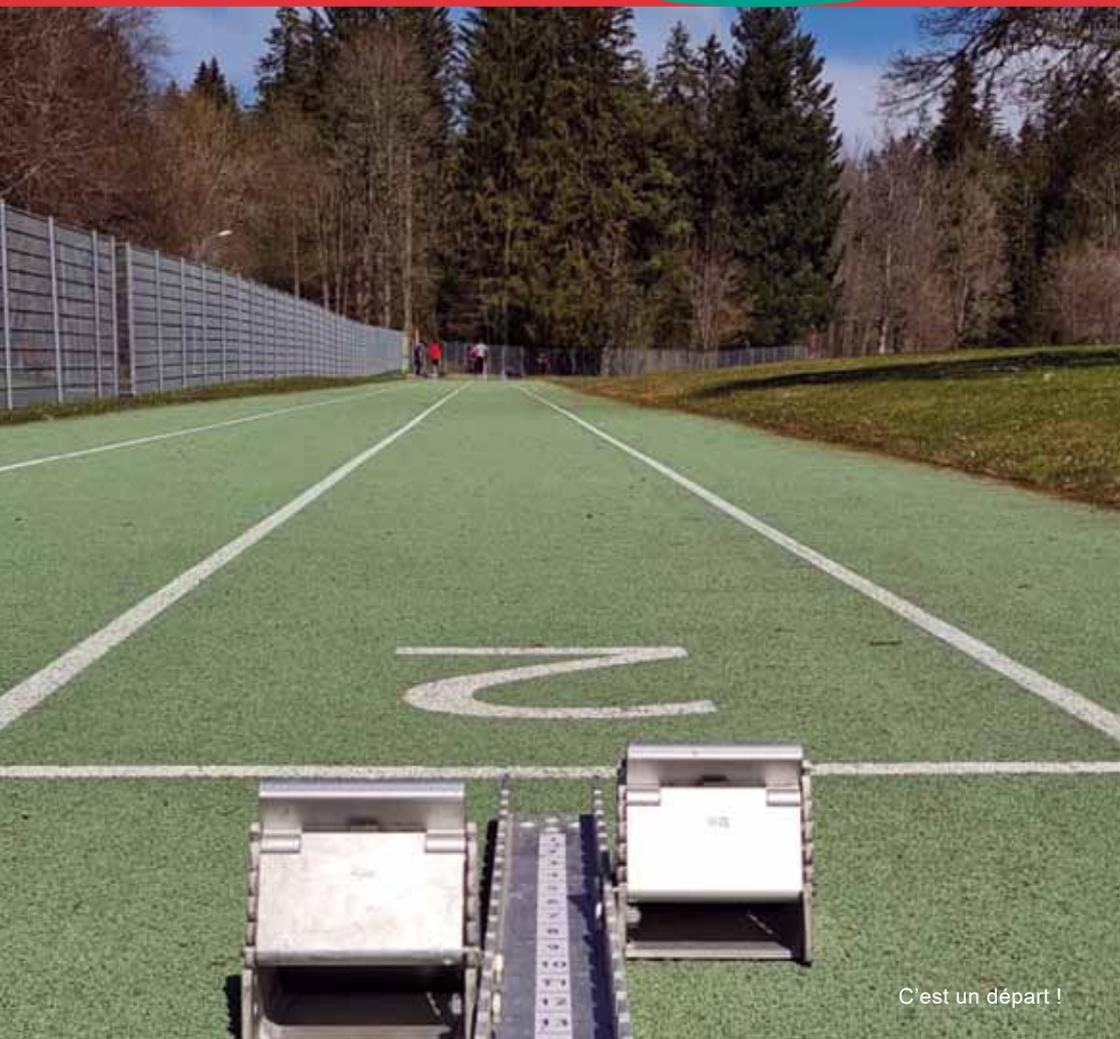


Fun de gym !

LE MAGAZINE DE L'ACNG
No 2 - 2021

www.acng.ch



C'est un départ !



ACNG

ASSOCIATION CANTONALE
NEUCHÂTELOISE DE GYMNASTIQUE



carla **S**port
Tout pour la gym!



PROTECTIONS CUIRS



BASANES ET ACCESSOIRES



VÊTEMENTS ET ÉQUIPEMENTS



SHOP ONLINE
OPEN 24/7
www.carlasport.ch



ACNG

ASSOCIATION CANTONALE
 NEUCHÂTELOISE DE GYMNASTIQUE



SOMMAIRE

ÉDITORIAL

L'INFORMATION ACNG

- FSG : Dynamique et équilibré 4

LES ÉVÉNEMENTS

- Gymnastique acrobatique 7
- EUROGYM : Flashmob 8
- Journée tests de gymnastique 10
- Interclub GAC 12
- Retour à la compétition - GAF 14
- Trente ans déjà, Tokyo 1991 16
- Un camp Covid, c'est quoi 18

LES SOCIÉTÉS

- Parkour 20
- SGF Corcelles-Cormondèche 28

LES PHOTOS

- Journée de test gym et danse 21
- Camp d'athlétisme FSG Le Locle 22
- Rencontre à l'ACNG 23
- Gymnastique artistique féminine 23

L'HISTOIRE

- Gymnastique d'autrefois 24

LES HONORAIRES

- Portrait d'un membre honoraire 29

Marathon

Il y a une année, notre quotidien a été bouleversé par une actualité que tout le monde connaît et qui ne nous a toujours pas quittés.

Nous avons tout modifié, des vides se sont créés dans nos habitudes et nous avons entamé une course contre un concurrent invisible. Au début, cette épreuve correspondait à une course-poursuite dans laquelle nous ne voyions que la ligne de départ, mais pas celle d'arrivée.

Depuis peu, cette compétition particulière se précise, et le marathon en devient la meilleure définition.

En tant que sportifs, nous avons l'habitude des compétitions et l'endurance nécessaire pour terminer une épreuve ; nous voyons la ligne d'arrivée, le gagnant se dessine et il ne nous reste qu'à donner de l'énergie pour gagner.

Soyons confiants, motivons-nous et motivons nos jeunes à revenir en salle ; redonnons un intérêt à bouger.

La fédération et l'association sont présentes, mais...

La solution, la réussite est dans ton club, chez toi, sur ton terrain.

Emmanuel Libert
 Président ACNG



DYNAMIQUE ET ÉQUILIBRÉ – UN BON MÉLANGE

(article paru dans *GYMlive* 1/2021)

Lorsque l'on rencontre Béatrice Wertli et Fabio Corti, on se rend vite compte que tous les deux surfent sur la même vague. Pourtant, ils ont des caractères bien distincts. Qui sont les deux nouvelles personnalités à la tête de la FSG ?

En tant que président central, Fabio Corti a pris la tête de la gestion stratégique de la Fédération suisse de gymnastique (FSG) depuis janvier 2021. L'une des premières décisions que le Tessinois de 59 ans a pu prendre avec le Comité central a été de pourvoir le poste de directeur du secrétariat central de la FSG. C'est Béatrice Wertli, 45 ans, qui a été élue à ce poste en début d'année. Avec la première femme à sa tête, la FSG fait un grand pas vers l'avenir.

Résolument sportifs

« Quand j'ai pris connaissance de l'offre d'emploi, je n'ai pas eu à y réfléchir à deux fois », explique l'Argovienne. Elle ne vient pas du monde de la gymnastique (« je n'avais aucun talent pour ça »), mais le sport en soi fait partie de son ADN. Le sport, la communication et la politique – dans cet ordre – sont ce que Béatrice Wertli appelle ses passions. « Ces trois secteurs ont toujours fait partie ma vie jusqu'à présent, que ce soit en tant que profession ou en tant que passe-temps. J'ai vécu et survécu à pas mal de choses dans tous ces domaines », ajoute-t-elle. Elle peut maintenant mettre à profit toute cette expérience en tant que première femme à la tête de la FSG.

Fabio Corti, quant à lui, a grandi avec la gymnastique. Il a été gymnaste à



Photo : Stephan Boegli

Béatrice Wertli et Fabio Corti donneront à la FSG le dynamisme dont elle a besoin.

l'artistique jusqu'à 16 ans et gymnaste de société jusqu'à 30 ans. De 1980 à 1983, l'actuel consultant en gestion a suivi une formation de professeur de sport à la Haute école fédérale de sport de Macolin. Plus tard, il s'est impliqué en tant que président de la SFG Chiasso et du Mémorial Arturo Gander. Aujourd'hui, si le temps le permet, il s'adonne à des sports d'endurance comme le ski de fond et la course à pied. « J'y suis assez mauvais, donc j'ai un grand potentiel de progression. Je peux d'ailleurs en apprendre beaucoup de Béatrice, en

tant qu'ancienne triathlète », sourit le quinquagénaire.

« Nous nous complétons bien »

Le nouveau président central et la nouvelle directrice de la FSG forment un bon duo, et pas seulement sur le plan sportif. Fabio Corti envisage tout dans un juste équilibre. C'est probablement pour cela qu'il dégage un grand calme. « J'essaie de me mettre à la place des autres et de travailler de manière à trouver des solutions. Il ne sert à rien de passer des heures à réfléchir à des problèmes », souligne modestement le Tessinois. Béatrice Wertli lui reconnaît ainsi des compétences de médiateur. « Je pense que cela résume assez bien la situation », confirme Fabio Corti.

« J'essaie de me mettre à la place des autres et de travailler de manière à trouver des solutions. »

Fabio Corti
Président central de la FSG

Béatrice Wertli est une personne dynamique. Elle parle beaucoup avec ses mains et bouge en permanence. Mais c'est précisément ce dynamisme,

associé à la persévérance et à l'humour, qu'elle considère comme ses forces. « Cependant, mon enthousiasme excessif et ma vitesse de croisière ont également été pesants par le passé. Depuis, j'ai trouvé un bon équilibre entre le fait de ne pas bousculer les gens et de continuer à aller de l'avant », explique la nouvelle directrice de 45 ans.

Changer quelque chose là où c'est nécessaire

« Des racines et des ailes – telle est ma philosophie. Je veux apporter un soutien, inspirer confiance et encourager les gens dans leurs compétences », déclare Béatrice Wertli. Cela signifie aussi être ouvert à la nouveauté sans pour autant oublier la tradition. Fabio Corti, le nouveau président central, a une vision similaire de la Fédération suisse de gymnastique : « Malgré la longue tradition, nous devons nous assurer que nous restons à la page et que nous pouvons toucher tous nos différents groupes cibles ». Jusqu'à présent, beaucoup de choses ont été bien faites. Toutefois, certaines choses doivent être revues et il faut avoir le courage de changer ce qui n'a pas fonctionné correctement, déclare-t-il. « J'ai mon opinion et quelques idées à ce sujet », précise Fabio Corti. Il souhaite cependant tout d'abord échanger avec l'ensemble du Comité central et de la

direction. « *Je ne veux pas que ce soit le président qui décide. Nous sommes une*

« Des racines et des ailes – telle est ma philosophie. Je veux apporter un soutien, inspirer confiance et encourager les gens dans leurs compétences. »

Béatrice Wertli
Directrice de la FSG

instance très démocratique », déclare le Tessinois.

La première chose que Béatrice Wertli souhaite faire est de se plonger au cœur

de la Fédération, de rencontrer l'ensemble du personnel, qu'il soit bénévole ou salarié, afin de s'imprégner de son atmosphère. « *Il est important pour moi de me faire ma propre impression et de ne pas simplement adopter les opinions du public et des médias.* » Ensuite, il s'agit d'examiner les structures avec le reste de la direction de la Fédération. « *Je suis sûre que nous pouvons tirer parti de la crise pour opérer des changements fondamentaux là où cela s'avère nécessaire* », estime l'Argovienne.

Il semble que Fabio Corti et Béatrice Wertli poursuivent le même objectif et se complètent bien du point de vue de leurs spécificités. De quoi donner à la Fédération suisse de gymnastique l'élan nécessaire pour l'avenir.

Alexandra Herzog/el

Beatrice Wertli

Domicile

Berne

Date de naissance

24 février 1976

Etat civil

Mariée avec Stefan
deux filles Sophie (10) et Lena (11)

Loisirs

Activité physique, politique,
communication/rhétorique, sports
de montagne

Fabio Corti

Domicile

Besazio

Date de naissance

1^{er} novembre 1961

Etat civil

Marié avec Nadine
trois enfants adultes (Tommaso 18,
Greta 22, Martino 26)

Loisirs

Ski de fond, course à pied,
gymnastique

GYMNASTIQUE ACROBATIQUE



Compétitions Mondiales des Groupes d'Age et Championnats du Monde Senior de Gymnastique Acrobatique

Genève - Patinoire des Vernets

21 juin au 4 juillet 2021

Horaires, tickets, renseignements : www.worldacro2021.com

**Envie de vivre l'événement de l'intérieur ?
Inscrivez-vous en tant que bénévole !**

www.swissvolunteers.ch ou www.worldacro2021.com

TUBAGE DE CHEMINÉES
INSTALLATION DE POÊLES
EXPOSITION SUR RENDEZ-VOUS

jr.tubage@bluewin.ch +41 77 520 94 41

UNE FLASHMOB 100% NEUCHÂTELOISE

Que serait une fête de la gym sans *flashmob* ? L'EUROGYM 2022 ne fait pas exception et aura son hymne ainsi que sa danse. Il s'agit de « *Shiny Gym Time* », un titre exclusif qui fera vibrer le Stade de la Maladière le jour de la cérémonie d'ouverture. Il ne vous reste donc qu'à peine quinze mois pour vous mettre en tête les paroles, la musique et la chorégraphie qu'ont imaginé trois jeunes Neuchâtelois.

« Ça fait du bien de voir ma chorégraphie reprise par tout un groupe. Je suis assez content du résultat, je crois que ça donne bien. »

Le Neuchâtelois Swen Dubois n'est pas peu fier. En ce 17 avril 2021, une quinzaine de jeunes gymnastes reprennent sa danse en plein soleil pour la vidéo de présentation de l'EUROGYM 2022.



Photo : Quentin Juvet

Le chorégraphe Swen Dubois sur l'Esplanade du Mont-Blanc à Neuchâtel en avril 2021, lors de l'enregistrement du clip de « *Shiny Gym Time* ». Il est entouré des gymnastes de Chézard-Saint-Martin (NE).

« J'ai vécu deux EUROGYM, en Suède et au Portugal. Aujourd'hui, à 25 ans, je ne peux plus y participer. Mais avec cette danse, j'ai trouvé le moyen de m'immerger dans la manifestation. C'est top ! »

Des *flashmobs*, il en a appris des dizaines au travers des différentes manifestations auxquelles il a participé. Mais en « écrire » une, c'est autre chose.

« Il fallait que ce soit simple, mais quand même pas trop. Alors j'ai pris la décision de commencer par des mouvements accessibles à tous. Et plus la musique avance, plus les pas deviennent complexes. Tout le monde va y arriver, mais c'est vrai que sur la fin, il faut négocier deux trois gestes précis. »

Le message est clair : on va tous très bien danser le début et les refrains. Mais il va

falloir s'accrocher pour rester en rythme sur la fin de la musique.

La musique justement. Elle est aussi une création neuchâteloise. Le trompettiste Jérémy Rossier est habitué à écrire

des partitions de fanfares. Mais là, il s'est lancé dans la composition d'une chanson. « C'est vraiment très différent. Au début, j'imaginai un instrumental, parce que

je n'avais jamais rien écrit d'autre. Mais très vite, je me suis rendu compte qu'une chanson serait plus efficace ». Ni une ni deux, il appelle une connaissance, un troisième Neuchâtelois. C'est Lionel Nemeth, un auteur-compositeur-interprète, qui se lance dans la composition du texte : « *In these mountains, living for the gym. This is our time, shiny gym time...* »

« L'idée de base était de dire qu'on peut faire de grandes choses si on est nombreux », explique Lionel. « Ma chanson est forcément axée sur la gym. Mais c'est valable dans tous les domaines. »

Plutôt calme au début, le rythme de « *Shiny Gym Time* » s'accélère pour devenir un disco bien enlevé, avec ce qu'il faut de répétitions pour que le refrain nous accompagne plusieurs jours au fond de la tête. En ce sens, l'exercice imaginé par Jérémy Rossier est très réussi. « *La chanson ne m'appartient déjà plus. Elle est partie pour que d'autres se l'approprient.* »

Ce titre est en effet désormais à vous toutes et tous qui aimez déjà l'EUROGYM 2022.

Si vous voulez être au top lors de la cérémonie d'ouverture au Stade de la Maladière le 10 juillet 2022, direction le site www.eurogym2022.ch.

On vous montre dès aujourd'hui comment chanter et danser « *Shiny Gym Time* ».

Allez, hop... au boulot !

Raphaèle Tschoumy

EUROGYM 2022
du 7 au 15 juillet
à Neuchâtel

CONCORDIA
Digne de confiance

JOURNÉE DE TESTS DE GYMNASTIQUE – 2 MAI 2021

Organisée par la commission Gym et Danse, à Cernier

Ben voilà, ça c'est fait... Le premier concours de Gym et Danse « avec » Covid19 s'est déroulé dans de bonnes conditions malgré la situation sanitaire et les inconvénients qu'elle engendre.

Le concours s'est déroulé sans public, sans cantine, mais heureusement avec des gymnastes motivées.

Trente-huit passages de tests effectués et jugés par les neuf juges présentes. Tout ce petit monde était heureux de retrouver le chemin d'une halle pour un concours, même si cela n'a pas toujours été facile car après presque deux ans sans manifestations, le stress était palpable.

Nos félicitations vont à toutes les filles de Neuchâtel Gym et Fémina Hauterive qui ont pris part à cette magnifique journée. Pour les résultats, merci de vous référer au site de notre Association,

www.acng.ch

Nos remerciements vont à nos membres du comité cantonal pour leur précieux tra-



vail, à nos quelques bénévoles qui auront dû jouer aux « gendarmes » afin de faire respecter les règles sanitaires édictées par le SCAV.

Le rendez-vous est d'ores et déjà pris pour 2022 dans la même halle.

Marie-France Di Basilico

D'autres photos se trouvent dans les pages « Photos ».



QUENTIN LIBERT

Brevet fédéral en chauffage
Chauffage . Sanitaire . Ferblanterie
Installation . Dépannage
078 812. 75.71
Fontainemelon

INTERCLUB GAC

Première compétition de l'année après une pause due au COVID.

Voici les résultats du club AcroGym Neuchâtel pour la compétition « INTERCLUB GAC » qui s'est tenue le 25 avril 2021 à Genève.

CLUB AcroGym Neuchâtel

Catégorie : Duo S3Y

1^{ère} place : **Giulia Basili - Amelia Cariddi**

Total : 24.950

Catégorie : Trio S3Y

3^e place : **Alicia Haeberli - Wendy Grunig - Eva Timotic**

Total : 22.600

Catégorie : Duo S2N

1^{ère} place : **Nina Capelli - Luna Poncioni**

Total : 22.490

Catégorie : Trio S2N

1^{ère} place : **Lita Durieux - Mimo Durieux - Mailen Zilla**

Total : 23.610

Catégorie : Duo S1N

1^{ère} place : **Erine Perrinjaquet - Azzurra Mauro**

Total : 23.750

2^e place : **Luana Conceicao Freitas - Zahra Duro Pinho**

Total : 22.710

4^e place : **Tiana Fernandes - Giorgia Gabriele**

Total : 20.380

Catégorie : Trio S1N

3^e place : **Eva Simon - Alisa Lomakina - Nayla Morina**

Total : 19.650

Team des entraîneuses

Filka Stoykova Pennisi et Ilaria Kaeslin (cadre national de gymnastique artistique féminine Suisse)

De plus, 4 gymnastes du club AcroGym Neuchâtel ont été **sélectionnées dans le cadre national pour l'année 2021**. Il s'agit de :

Amelia Cariddi
Wendy Grunig
Mimo Durieux
Eva Timotic



RAIFFEISEN
 Partenaire COMMUNICATION

CE RETOUR À LA COMPÉTITION TANT ATTENDU...

Après une année 2020 vierge de compétition en gymnastique artistique, c'est avec une certaine émotion que les gymnastes, entraîneurs et organisateurs ont retrouvé l'ambiance stimulante et parfois électrique des concours les 17 et 18 avril 2021. Ceci

grâce à une poignée d'irréductibles de Gym Serrières, toujours prêts à relever les défis les plus corsés. Ils se sont attelés à l'organisation des **journées neuchâteloises de gymnastique artistique féminine** (GAF). Même si les conditions sanitaires ont privé l'événement de la présence du public, créant par là même une atmosphère très feutrée, personne ne regrette d'avoir persévéré jusqu'au bout pour rendre cette manifestation possible. Bien d'autres se sont résolus à les annuler en raison des exigences particulières imposées. Jean-Pierre Jaquet, président du comité d'organisation explique que « *sans la parfaite collaboration du Service de la consommation et des affaires vétérinaires (SCAV) et du Service des sports de la ville de Neuchâtel, rien n'aurait été possible* ». Avec une bonne dose d'imagination et une exploitation intelligente des lieux, des flux ont pu être



Photo : Tam Nguyen

Flora Nguyen.

instaurés afin d'éviter tout croisement dans les couloirs ou salles : une performance de taille.

Pour soulager quelque peu la frustration des parents, amis et passionnés qui ne pouvaient assister aux prestations des gymnastes, une véritable table de montage vidéo a été mise en place par Tenzin Gasser et Ylan Dardel. Celle-ci a permis la diffusion en direct de toute la manifestation sur *YouTube*, chaque engin ayant son propre canal. Une prestation inédite dans les concours, qui visiblement a connu un magnifique succès, puisque plus de 20'000 vues ont été enregistrées. Cette diffusion en ligne a aussi permis d'offrir une visibilité aux entreprises qui soutiennent Gym Serrières.

Mais plus que l'organisation, c'était bien au niveau sportif que l'inconnue était la plus grande. L'absence de compétition a fait disparaître la plupart des points de repère habituels des athlètes. Plus d'une année d'entraînement sans jugement ou comparatif ne permet que d'avoir un sentiment sur sa progression, mais pas d'élément tangible, ce qui pèse parfois sur la motivation.

Après ce premier concours, les Neuchâteloises peuvent être pleinement rassurées. Même si cette reprise se voulait « soft », notamment pour éviter les risques de blessures, les résultats ont été très positifs dans leur ensemble. Lucille Violas ne cachait pas sa satisfaction : « *Avec les premiers rangs d'Angela Pennisi (P4E) et de Camille d'Aprile (P5), ainsi que la 3^e place de Flora Nguyen (P5), c'est un très beau début de saison* ». Mais cela ne s'arrête pas là. Elle ajoute que « *les distinctions ont été nombreuses chez les plus jeunes, qui confirment leur potentiel et nous promettent de*



Photo : Tam Nguyen

Camille d'Aprile.

belles satisfactions ». Enfin, elle termine sur un regret, car « *Anastasia Pascu et Agathe Germann étaient malheureusement blessées et n'ont pas pu participer, mais nous espérons qu'elles seront de nouveau vite sur pied.* »

En conclusion, un week-end très réussi qui aura apporté beaucoup de joie aux gymnastes, heureuses de retrouver les pratiques et les montées d'adrénaline...

Tous les résultats sont disponibles sur le site www.gymserrieres.ch.

D'autres photos se trouvent dans les pages « Photos ».



Photo : Tam Nguyen

L'équipe vidéo.

TRENTE ANS DÉJÀ !

On parle beaucoup de Tokyo 2020 ou Tokyo 2021, mais vous souvenez-vous de Tokyo 1991 ?

Cette année-là, la capitale nipponne était le théâtre des troisièmes championnats du monde d'athlétisme. En Suisse, on s'en souvient assez bien, car Werner Gunthör y était devenu champion du monde du jet du poids. On se souvient de la remise des médailles lorsque notre colosse national avait pris le petit Japonais d'à peine 5 ans à bout de bras, le soulevant de terre, l'embrassant puis le reposant tout délicatement. C'était il y a trente ans. J'en avais vingt-deux.

À l'époque, mon idole se nommait Carl Lewis et avec Mike Powell, son rival d'alors, ils allaient, à eux deux, écrire une des plus belles pages de l'athlétisme moderne. Leur concours de saut en longueur est, pour moi, aujourd'hui encore, le plus beau concours d'athlétisme que j'aie eu la chance de voir en direct (même si c'était à la télévision).

Replaçons tout cela dans le contexte de l'époque.

En 1968, aux JO de Mexico, Bob Beamon a fait un saut à 8m90, ce record du monde, établi en altitude tient donc depuis 23 ans. Carl Lewis est invaincu depuis plus de 10 ans dans la discipline. Son record personnel est de 8m79 avant ce championnat du monde, mais « seulement » 8m64 en 1991. De son côté, Mike Powell se présente avec un record de 8m66 (8m64 en 1991).

Au premier saut, Powell se loupe complètement et ne fait qu'un saut bien en des-

sous des 8m. Lewis, quant à lui, fait un saut magnifique à 8m68, tout le monde, moi y compris, pense que le concours est terminé avant de n'avoir vraiment commencé. En effet, seuls Carl Lewis lui-même (8m79), Robert Emmiyan (8m86 en 1987, marque qui est toujours le record d'Europe) et Bob Beamon ont déjà sauté plus loin.

Au deuxième essai, Powell, avec un saut à 8m54 vient montrer à tous que le concours n'est peut-être pas joué et qu'il a bien l'intention de titiller Lewis qui mord son saut.

Au troisième essai, Powell fait à nouveau une grosse faute, mais son saut est tout de même mesuré à 8m29. Lewis s'élançait, une planche parfaite, un saut superbe et 8m83, mais malheureusement un peu trop de vent pour que le saut ne soit homologué* ! Le record du monde va-t-il tomber ce soir ?

Le quatrième essai de Powell est mordu, mais le saut est estimé par tous aux alentours de 8m80. Le concours devient fou, je suis debout derrière la télévision, impossible de rester assis sur le canapé. Lewis refait un saut dont il a le secret : 8m91 ! Record du monde battu ! Malheureusement, une fois encore le vent souffle à peine trop fort (2,9 m/s). Quoi qu'il en soit, jamais un homme n'a sauté aussi loin.

Au cinquième saut, Powell sort le saut parfait ; en sortant du sable, il se tient la tête, il sait qu'il a fait un truc énorme. L'anémomètre indique 0,3 m/s. Le temps de la mesure semble interminable. Le résultat tombe : 8m95 ! Le vieux record de Beamon tombe pour de bon. Je n'arrive

pas à y croire. Il reste encore deux sauts à Lewis qui arrive à rester concentré malgré ce qui se passe autour de lui. Malheureusement, le vent a tourné et, avec un léger vent de face, il saute à 8m87. Cette soirée est magique.



Mike Powell : le saut de la victoire ! Photo publiée dans le Tagesspiegel. (FOTO: IMAGO)

Powell mord à nouveau lors de son dernier saut. Il ne reste qu'un essai à Lewis. Le suspense est digne des meilleurs films d'Hitchcock. Powell n'ose pas regarder ; Lewis s'élançait, mon cœur s'arrête. Il s'envole, la planche est bonne, ce sera serré, mais ses 8m84 ne suffisent pas ; Mike Powell devient le nouveau champion du monde et le nouveau recordman du monde de saut en longueur ! C'était il y a 30 ans.

Je me souviens aussi d'une émission de sports à la télévision Suisse romande.

Lewis, venait courir à Athletissima et le journaliste est revenu sur ce concours de fou. Il demande à Lewis s'il n'a pas des regrets de cette soirée à Tokyo. Lewis a répondu quelque chose comme : « *regretter quoi ? Au contraire, je remercie le ciel de m'avoir donné la chance de participer au plus beau concours de saut en longueur de l'histoire de l'athlétisme* ». On aime ou on n'aime pas Carl Lewis, mais ce soir-là, avec Mike Powell, il m'a fait vivre une soirée magique qui, trente ans après, me donne toujours les frissons quand j'y repense.

Si j'ai un dernier conseil à vous donner, c'est de faire une recherche sur internet en utilisant votre moteur

de recherche favori avec « **saut en longueur Tokyo 1991** » et de regarder une vidéo de ce concours de tous les superlatifs. Celle avec le commentaire original de Patrick Montiel vous donnera sans doute aussi des frissons.

Philos

* pour qu'une performance soit homologuée, il faut que le vent ne dépasse pas 2m/s.

UN CAMP COVID, C'EST COMMENT ?

Depuis 20 ans, la FSG Le Locle organise un camp d'athlétisme durant les vacances de printemps.

Un camp organisé simplement. Un camp dans nos murs, sur les hauteurs du Locle.

Les athlètes s'entraînent du lundi au samedi avec une sortie type « course d'école » le jeudi. Ce jour-là, on va visiter le Musée olympique ou le Zoo de Bâle, l'Alimentarium ou le Musée des transports, un élevage d'autruches dans le Jura ou l'aéroport de Genève...

La journée type du camp est la suivante. À 8h30, échauffement commun puis travail des différentes disciplines. La matinée se termine par un circuit training et on se retrouve toutes et tous autour du repas préparé par des parents. Retour au travail individuel en début d'après-midi avant de nous retrouver pour le jeu et le retour au calme. Celles et ceux qui le souhaitent peuvent alors profiter d'un massage réparateur.

Les athlètes rentrent dormir à la maison et reviennent le lendemain. Le dernier soir, les plus grands ont droit à un circuit training XXL de 60 postes puis s'organisent un souper crêpes et restent dormir dans les gros tapis de la

halle, avec bien entendu la présence de quelques monitrices et moniteurs.

Mais en 2020, le satané virus en a décidé autrement et le camp est tout simplement annulé. Après une année difficile avec ces « on peut s'entraîner », « on ne peut plus s'entraîner », « on peut à nouveau s'entraîner », les choses se stabilisent et nous décidons d'organiser notre camp avec les contraintes de swiss-athletics, de swiss-olympic et des Autorités fédérale, cantonales et communales.

Alors, un camp COVID, c'est comment ?



On commence par retirer tout ce qu'il faut retirer ; pas de sortie surprise du jeudi – impossible de prendre le car et tous les musées sont encore fermés ; pas de repas délicieusement préparés par les parents – chaque athlète prend un pique-nique ; pas de massages en fin de journée – hygiène oblige ; pas de souper crêpe ni de dodo

sur place le dernier soir, mais on garde tout de même le circuit training XXL.

On décide ensuite de raccourcir cette semaine, le camp se déroulera donc du mardi au samedi, il sera ouvert unique-

ment aux athlètes de moins de 20 ans et les plus de 12 ans devront s'entraîner avec un masque.

Il n'y a pas à dire, la semaine s'annonce bien moins sympa qu'auparavant et la question est alors : les athlètes seront-ils au rendez-vous ? La réponse ne s'est pas fait attendre et rapidement 27 athlètes se sont inscrits pour cette semaine d'entraînement et le travail des athlètes a été de bonne qualité.

Côté météo, la semaine a été pour le moins particulière avec des chutes de

neige, des froids polaires, mais aussi des moments agréables permettant de s'entraîner en t-shirt à l'extérieur. Par exemple, le mercredi : -6°C le matin à 8h en arrivant à la halle et +26°C au soleil dans l'après-midi.

Reste à espérer que les concours puissent à nouveau s'organiser, car les athlètes et les entraîneurs ont vraiment hâte de se retrouver sur les stades.

Philos

D'autres photos se trouvent dans les pages « Photos ».

Official Supplier

VISTAWELL
sport . health . movement

DEPUIS 1984

votre partenaire **GYM'N'MOVE**

Votre spécialiste
sport - santé - mouvement
Proche de chez vous

T 032 841 42 52 - office@vistawell.ch

VISTAWELL Bâle

Colombier

WWW.VISTAWELL.CH

PARKOUR

Le parkour consiste à se déplacer d'un point A à un point B en franchissant les obstacles, ceci sans restriction et en suivant son propre instinct.

Rapidité, fluidité, acrobatie... chacun a sa propre manière de le pratiquer

Le parkour a été fondé par David Belle. C'est l'art du déplacement et ses pratiquants sont appelés les « traceurs ».

Dans ce sport lors de concours, nous pouvons trouver deux disciplines, le Speedrun et le Freestyle :

Speedrun

C'est du parkour pur, l'objectif est de traverser un couloir d'obstacles le plus rapidement possible en utilisant les mouvements techniques les plus appropriés afin de gagner du temps.

Freestyle

L'objectif est de faire une série de tricks couplés avec des mouvements de parkour le plus fluidement possible. Plusieurs critères seront pris en compte : variété, sécurité, niveau, fluidité, etc.



Présentation de notre groupe KaiKo Parkour

Nous sommes un groupe de parkour ayant été accueilli au sein de la FSG Bevaix en 2014 grâce à un moniteur nommé Julien Poirot. Ce dernier voulait intégrer cette discipline au sein de la section.

Grâce à la FSG Bevaix, nous avons pu faire évoluer nos entraînements qui se déroulaient jusque-là uniquement en milieu urbain ou naturel et y ajouter un entraînement hebdomadaire dans leur salle de gymnastique. Cela nous a également donné l'opportunité de faire découvrir ce sport à des jeunes curieux et motivés de la région.

Nous sommes 6 dans le groupe et nous avons environ 15 jeunes que nous supervisons. Nous avons donné plusieurs initiations au Parkour, aux 24H GYM pour l'ACNG. Peu importe la manière de s'entraîner, il suffit d'avoir des objectifs et de l'imagination. Nous avons des techniques pour nous rattraper en cas de saut mal calculé ou en cas de chutes. À force, les réflexes se développent et on apprend à travailler avec nos peurs.

Ce sport est plutôt individuel, mais le pratiquer en groupe est tellement plus enrichissant.

KaiKo Parkour

JOURNÉE DE TEST GYMNASTIQUE ET DANSE



CAMP D'ATHLÉTISME FSG LE LOCLE



Rencontre entre Béatrice Wertli et l'ACNG.

GYM ARTISTIQUE FÉMININE



Photos : Tam Nguyen

GYMNASTIQUE D'AUTREFOIS

Les débuts des barres parallèles et asymétriques

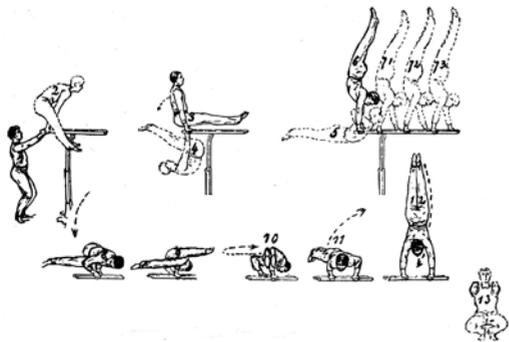
Les barres parallèles sont inventées vers 1811 par l'Allemand F.-L. Jahn. Le père de la gymnastique aux engins reprend divers appareils déjà existants et en fait une méthode cohérente, avec un entraînement systématique. Pour développer la force de ses élèves en vue des voltiges au cheval-arçons, il utilise des tréteaux de bois, mobiles puis fichés dans le sol, pour des exercices de musculation.



Reproduction (maquette) des premières barres du monde – Musée Jahn, Freyburg – Unstrut (D). (Photo JFM)

L'imagination de ses élèves, encouragée par Jahn, fait évoluer les exercices (élançers, appuyés sur les épaules) puis l'appareil s'allonge alors que les barres s'amincissent. Un nouvel engin est né. Peu à peu, on en trouve une variante plus haute (la « barre à fond ») qui permet des passages en suspension. À la fin du XIX^e siècle, les barres sont facilement déplaçables, réglables en largeur et en hauteur grâce à des éléments mécaniques en métal qui leur donnent une forme très proche de nos barres scolaires actuelles.

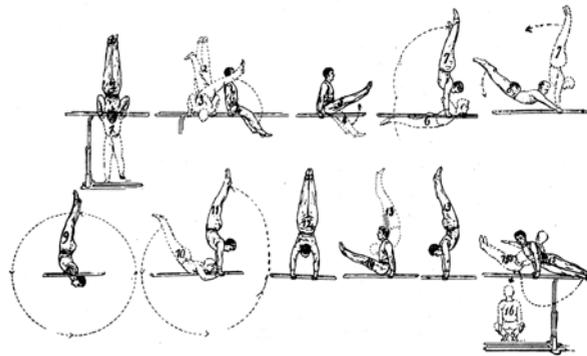
Les gymnastes suisses l'adoptent très vite, en bons disciples de Jahn,



1^{er} Tournoi international (ancêtre du Championnat du monde) – Anvers 1903.

Les deux exercices imposés (force et élan).

© R. Barrull, Les étapes de la gymnastique au sol et aux agrès...



l'incorporent aux premiers concours individuels puis au travail en sections. L'engin est apprécié car il offre de nombreuses possibilités aux gymnastes de tous niveaux. C'est surtout à partir du début du XX^e siècle que les exercices d'élan prennent le pas sur les positions statiques et les éléments de force. Inamovible dans le programme de la gymnastique artistique et aux agrès, cet engin a été le plus pratiqué dans les concours de sociétés jusqu'à l'introduction du travail mixte et à la forte diminution des groupes purement masculins.



Fête fédérale de Bâle, 1912 : l'appareil est plus « moderne » que l'exercice © album-souvenir de la Fête.

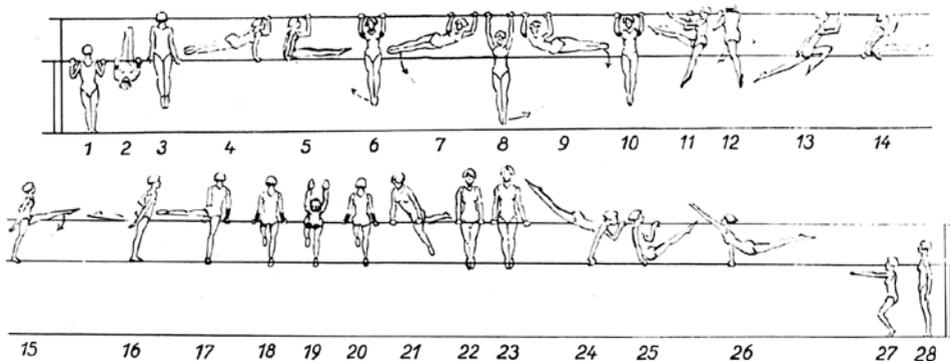


En France ou en Allemagne, vers 1890 © Musée suisse du sport, Bâle.

La gymnastique féminine a tardé, surtout en Suisse, à pratiquer les engins. En France et en Allemagne, on trouve cependant, dès la fin du XIX^e siècle, des groupes qui utilisent les engins masculins et notamment les barres parallèles. Lors des premières compétitions internationales (J.O. de 1928), cet engin est au programme, dans sa variante basse. Aux jeux de 1936, à Berlin, apparaît une nouveauté : l'exercice obligatoire se fait sur une barre à deux niveaux, qui demande

moins de force ; pour l'exercice libre, les concurrentes règlent la barre « supérieure » à leur guise et la majorité choisit... de la mettre à la hauteur de la barre basse.

En 1950, aux Championnats du monde de Bâle, les concurrentes peuvent choisir entre les anneaux balançants et les barres asymétriques, qui s'imposeront ensuite. Dans les années 50, on renforce la barre haute avec des contreforts métalliques. À la fin des années 60, une combinaison de haubans révolutionne l'engin en l'élargissant et en fait une double barre fixe adaptée aux acrobaties.



Jeux olympiques, Berlin 1936. L'exercice imposé © Rapport officiel des JO.

Les gymnastes féminines suisses s'ouvrent à la compétition artistique, donc aux barres asymétriques, dans les années 60. La gymnastique aux agrès les conserve tout d'abord, avant d'en faire une option (avec la barre fixe) et de les supprimer définitivement en

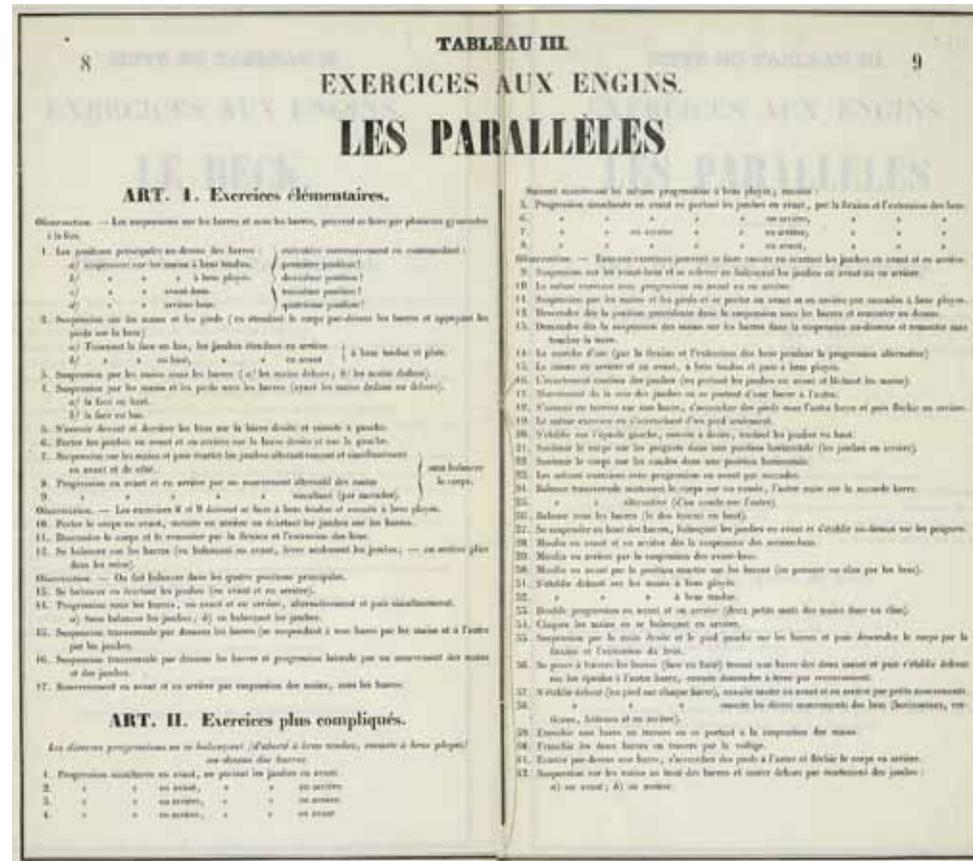
1993, l'installation des barres à haubans compliquant par trop les entraînements et les compétitions. Les barres asymétriques (variante scolaire) se sont maintenues dans le concours de sociétés ; en



Championnat vaudois de sociétés – 2017. Photo JFM

Suisse alémanique surtout, les groupes purement féminins, plus nombreux que les masculins, apprécient cet engin qui convient à tous les niveaux.

Jean-François Martin
(Article paru dans GYM (Vaud), n° 124, février 2021)



Ferdinand Wilhelmi, Guide de gymnastique contenant les exercices préliminaires et ceux aux engins. Vevey, 1860 @Archives de Vevey-Ancienne.

Sources

- Raymond Barrull, Les étapes de la gymnastique au sol et aux agrès en France et dans le monde, Féd. française de gymnastique, 1984 (notamment pp. 86-87, 317-19, 410-12, 606, 611, 631-35)
- Josef Göhler, Rudolf Spieth, Geschichte der Turngeräte, éd. Spieth, s.l., 1989 (p. 56-67, 84-97)
- Ferdinand Wilhelmi, Guide de gymnastique contenant les exercices préliminaires et ceux aux engins, Vevey, Recordon, 1860 (p. 8-10)



CHERCHE MONITRICES



La société de gymnastique féminine de Corcelles-Cormondrèche est à la recherche de monitrices pour reprendre les groupes



Petites Pupillettes (6-12 ans)
Grandes Pupillettes (12-16 ans)
Fitness



Les personnes débutantes dans cette fonction sont également les bienvenues ; la société se charge de la formation.

Si vous êtes intéressée par un poste ou souhaitez plus de renseignements,

merci de nous contacter par e-mail à l'adresse :

gym.corcelles.cormondreche@gmail.com ou au

079 780 59 45

*Société de gymnastique féminine
de Corcelles-Cormondrèche*

PORTRAIT D'UN MEMBRE HONORAIRE

André Monnier

né à Dombresson
le 5 avril 1933

Dès son plus jeune âge André Monnier a baigné dans le monde de la Gymnastique en fréquentant les pupilles à la FSG Dombresson. Il a continué sa carrière de gymnaste chez les actifs à Fontainemelon où il réside aujourd'hui encore

André a participé à 8 Fêtes fédérales, de nombreuses Fêtes romandes et cantonales, principalement aux concours de section, d'athlétisme et de cross. Très actif dans sa société, il a également occupé pendant 28 ans le poste de caissier à la FSG Fontainemelon. BRAVO !

Marié à Madeleine en 1956, ce mandataire commercial, chef de département, a travaillé pendant 45 ans à Ebauches et par la suite à ETA.

Selon ses dires, André ne pratique plus vraiment de sport, mais s'occupe de son jardin, et celui qui connaît le jardinage sait que cela représente aussi une activité physique (merci la gym pour la bonne forme !)

La gymnastique lui a apporté beaucoup de plaisir, des copains et lui a fait vivre de



SFG Fontainemelon (3^e depuis la gauche).

beaux moments d'amitié. Il garde d'ailleurs un excellent souvenir d'un déplacement au Tessin en 1969, où il a terminé au brillant 1^{er} rang du concours de section sur 72 sections invitées.

Il suit toujours avec passion les meetings d'athlétisme

et la gymnastique à la télévision.

Un grand bravo à André qui s'est mis au service de la gymnastique en tant que gymnaste et caissier. Un bel exemple de longévité et de dévouement dont les sociétés ont grandement besoin



Fête fédérale de gymnastique Zurich 1955.

Pour la Commission
des membres honoraires
Christiane Vauthier

POUR DES RAISONS SANITAIRES
LE PIQUE-NIQUE PRÉVU EN 2021
EST REPORTÉ EN 2022

Fun de Gym - Le magazine de l'ACNG

paraît quatre fois par année (mi-mars, mi-juin, mi-septembre et mi-novembre)

Remise textes et photos :

1^{er} février / 1^{er} mai / 1^{er} août / 1^{er} octobre

Tirage :

1650 exemplaires, distribués aux membres de l'ACNG, à l'AGVR, à l'UGVT, à l'URG, à la Fédération Suisse de Gymnastique FSG et aux associations cantonales de gymnastique de Suisse romande

Comité de rédaction :

Océane Henry, responsable
Emmanuel Libert

Mise en page :

Textu*Elle*, Route du Roc 1, 2087 Cornaux

Impression :

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

Tarifs et annonces pour sociétés et entreprises :

Taille	Prix pour un numéro	Abonnement annuel (4x)
¼ de page	CHF 50.–	CHF 160.–
½ de page	CHF 75.–	CHF 240.–
¾ de page	CHF 100.–	CHF 320.–
1 page intérieure	CHF 150.–	CHF 480.–
1 page de couverture	CHF 250.–	CHF 800.–

125 ans Meubles **Leitenberg**

La Chaux-de-Fonds 032 913 30 47 meubles@leitenberg.com leitenberg.com

TOUJOURS
REGARDER

messeiller
Lakeside Printhouse

DU BON CÔTÉ

**LOTERIE
ROMANDE**

JAB 2053 Cernier

POSTE CH SA



Nous pouvons compter sur toi,
parce que tu nous offres toujours
la meilleure protection.

CONCORDIA

Notre assureur-maladie

www.concordia.ch