

VOYAGE DE SOCIETE EN BOURGOGNE



Moutarde, vin et pomme verte

Samedi 17 septembre 2016, 7 heures du mat.

43 membres de la FSG-Versoix de tous âges se retrouvent à la Bécassière, motivés, quoiqu'encore un peu endormis... Enfin, pas autant que celle qui n'a pas entendu son réveil et que l'on a dû aller chercher sur le pas de sa porte !

Et sans celle qui est allée se qualifier pour les championnats suisses aux agrès et qui nous a tout de même rejoints le soir, en bus (pour 9€ Genève-Dijon !). Chapeau ! Très vite, dans le car, la musique ainsi que le café-croissants nous réveillent, suivi rapidement par du rosé. Il n'est pas 9 heures et la FSG-Versoix a pris ses marques et met l'ambiance... Décidément, ce week-end s'annonce sous les meilleurs auspices ! A nous les Hospices de Beaune, la moutarde de Dijon et les vins de Bourgogne !

La moutarde d'abord : direction Beaune ; parce qu'il n'y a plus une seule moutarderie à Dijon. Un mythe se brise... L'appellation n'ayant jamais fait l'objet d'une AOC, on peut faire de la moutarde de Dijon partout, même à Versoix. « Mais ne le faites pas, c'est pas cool ! » a toutefois tenu à souligner notre guide de visite de la moutarderie Fallot. S'ensuivent une explication intéressante sur ses secrets de fabrication et la dégustation d'une vingtaine (!) de moutardes aromatisées différentes. Eh oui, ça se déguste, la moutarde, pas besoin de la sniffer pour qu'elle nous monte au nez !



Après avoir dévalisé la boutique et après un repas délicieux dans un cadre tout aussi délicieux, nous arrivons (en retard) aux Hospices, où l'un de nous a tenté une explication malicieuse sur l'utilisation de l'oreillette de l'audio-guide. Cette intervention théâtrale n'a toutefois pas été du goût de la guide allemande, trop pressée, et à l'humour... disons... discret.

Ensuite, cap sur Dijon. Au menu : visite libre de la ville à la poursuite des Chouettes, apéro, au kir-cassis-de-Dijon évidemment, puis restaurant. Magnifique le restaurant. Vieilles pierres, voûtes, nappes blanches, piano à queue et repas exquis, tout y est... Sauf la possibilité pour la

FSG-Versoix de s'exprimer ! Pas qu'elle n'ait pas essayé, mais elle a dû réfréner ses ardeurs pour le confort des autres clients. Qui ont dû tolérer quelques « popop ! » quand même ! A défaut de pouvoir crier, nous avons pu mettre au point un nouveau style de « chapeau pointu », le « chapeau chinois ». Par vengeance ? Puis, comme la musique adoucit les mœurs, nous échauffons nos voix au piano.

Enfin, c'est dehors que la FSG-Versoix, qui n'oublie pas qu'elle est avant tout un club sportif, met en scène des pyramides et autres acrobaties autour d'une belle pomme verte en céramique (mais d'où sort-elle ?). Cependant, les cocktails et la bonne humeur aidant, la sérénade reprend le dessus. Les Gremlins ont braillé « New York-New York » ; on s'est donné rendez-vous dans dix ans, même jour, même heure, même place (place François Dure) ; on a chanté, on a dansé (et on n'a même pas pensé à s'embrasser) ; on a appris la chorégraphie de « Beat it » ; et, au moment où la mitraille passait à droite, un coup de sifflet strident d'une voisine nous a fait chercher des cieus plus cléments.



Inutile de préciser que pour certains la nuit fut courte. L'ambiance dans le car s'en est ressentie le lendemain, l'arrière du car ayant pris des allures de dortoir. Une cave et un musée du vin plus loin, nous avons pu entonner la Marseillaise au son des automates, entamer une chenille entre les tables du repas ou poser pour des selfies surpeuplés. Et c'est déjà le retour sur Versoix. On dirait même que, une fois n'est pas coutume, la FSG-Versoix a ramené plus de moutarde que de vins ! Et combien de pommes vertes ?

Un grand merci pour ce week-end intergénérationnel fort sympathique, c'était « Beaune...ard ! » (je cite). Merci pour les restos dans les caveaux, merci pour l'organisation aux petits oignons et merci pour la bonne ambiance, toujours au rendez-vous. Avec neuf participants de plus cette année, le succès de la sortie de société se confirme ! L'an prochain, on réserve un car double ?

Nicelle

N°33 - AVRIL 2015

AGENDA

NOVEMBRE

22 & 29 - REPETITIONS SPECTACLE - VERSOIX
26 - MEMORIAL MORET ENFANTINES- BOIS-DES-FRERES

DECEMBRE

3 & 4 - SPECTACLE ANNUEL - VERSOIX-LACHENAL

JANVIER

8 - APERITIF DU NOUVEL AN DES MEMBRES - VERSOIX

FEVRIER

5 - CONCOURS BONNE FRANQUETTE - COLLONGE

MARS

11&12 -CONCOURS PRINTEMPS AGRES- BOIS-DES-FRERES



Prochaine édition du Ma Fédé: MARS 2017

CHAMPIONNATS D'EUROPE DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

« LA CONNAISSEZ-VOUS? »

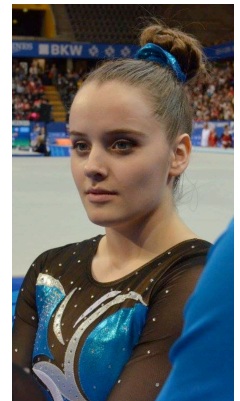


Elle nous a fait vibrer en cette journée du 5 juin lors de la finale par engin du championnat d'Europe de gymnastique à l'artistique. Il s'agit de Giulia Steingruber actuellement notre meilleure gymnaste suisse à l'artistique qui a offert à notre pays deux magnifiques médailles d'or. Reine de ces championnats d'Europe, Giulia exécuta avec brio deux sauts incroyables. Au sol, pourtant pas favorite elle nous a servi un cocktail d'élégance, de puissance et d'énergie qui nous a valu une montée du drapeau et une émouvante hymne nationale.

« L'AVEZ VOUS RECONNUE? »

Gymnaste artistique Versoisienne pendant plusieurs années et repartie dans son pays natal, Sigridur se consacre à sa passion. Participante aux championnats d'Europe avec l'équipe Islandaise, Sigridur n'a malheureusement pas obtenu sa qualification pour les finales. Son passage en Suisse étant de courte durée nous n'avons pas eu l'occasion de se revoir, mais par messages interposés nous avons pu lui transmettre nos encouragements et lui montrer que nous la suivons dans ces déplacements. Régulièrement en contact, nous sommes très fières de ses performances et espérons la revoir une fois en Suisse.

Angela, Nadia, Jessica, Sandra, Anne-Sophie et Annick



CHAMPIONNAT ROMAND AGRÈS



Le premier weekend d'octobre, quelques représentants de la troupe FSG Versoix se sont rendus aux championnats romands de gymnastique aux agrès, qui se déroulaient à Yverdon. 8 d'entre nous ont réussi à se qualifier pour ce concours : Ester (C3), Olivia T. et Lya (C4), Lara (C6), Christine et moi-même (C7), et nos deux dames, Elodie et Manon. Il faut préciser que Lara est revenue sous les couleurs de Versoix pour ce concours alors qu'elle était retournée dans son club en suisse alémanique après son séjour chez les francophones, c'était un plaisir de la revoir !

Le concours a commencé le samedi pour les grandes. Elodie et Manon ont ouvert le bal et étaient plutôt contentes de leur concours ! Ensuite, c'était le tour des C7. Christine finit avec un bon total de 33,50 et un magnifique 9,45 au sol ! Pour ma part, ce n'était pas vraiment mon jour et je finis avec un petit total de 32,80, mais c'était ma première année en C7 et je suis contente d'avoir pu me qualifier aux romands. Etant donné que les meilleurs gymnastes de suisse romande étaient présents, les juges étaient très stricts et n'ont rien laissé passer ! Au final, pas de distinctions chez les grandes, mais on a vu de belles choses dont un 10 au saut !

Le dimanche, c'était le tour des petites catégories. Ester commençait tôt le matin, mais ça ne lui a pas fait peur ! Elle finit avec un très bon total de 35,40 et une distinction ! (Comme Christine, un excellent 9,45 au sol) Bravo !

Et pour finir, c'est Lya et Oliva qui se lançaient. Elles finirent respectivement avec 35,50 et 35,25 ! De très bons totaux qui leur permettent de recevoir une distinction chacune !

Durant le week-end, on a toutes eu beaucoup de soutiens ! Jenna, Emilie et Aline sont venues supporter/aider/coacher le samedi, et Myriam, Lena, Jenna et moi sommes venues pour encourager et coacher le dimanche ! Je voudrais aussi dire un grand MERCI à Sylvie, qui a encore une fois jugé les grandes pour nous permettre de concourir !

C'était un très bon week-end et j'espère qu'on sera encore plus à se qualifier l'année prochaine !

Elodie (Robert) Monitrice C3, C4 et gymnaste

NOUVEAU GROUPE C1 - GYMNASTIQUE AGRÈS FILLES

C'est reparti pour une année de gym =) Avec un tout nouveau groupe de C1 tant chez les monitrices que chez les gymnastes. Nous avons 16 filles qui semblent déjà motivées à apprendre de nouvelles choses : souplesses au sol, saltos au saut, bien que cela ne soit pas directement dans leur catégorie. Du côté des monitrices : Camila, Julia (et Lara pour le spectacle) ont décidé de rejoindre la famille de la FSG Versoix. Je me réjouis d'entraîner nos gymnastes avec elles !

Au programme cette année reprise en douceur avec du travail au sol, au saut et au reck, puisque les anneaux de Montfleury ont pris quelques vacances prolongées. Ensuite préparation du spectacle dont le thème général est Les danses du monde : c'est d'ailleurs dans une bonne ambiance, avec quelques fous rires, que nous avons commencé à monter le numéro (cf. photos). Dès janvier nous nous attaquerons sérieusement à l'élaboration des tests pour les concours ; tout en gardant en tête que la gym reste une activité ludique =)

Aline

Celia - Zoé - Eva - Olivia



Elodie - Chloé - Lisa - Thaïs



Emma - Alessa - Clara - Giulia



Simäi - Suzanna - Lya



AGRÈS GARCONS

Et c'est reparti pour une nouvelle année gymnique masculine, avec un groupe toujours grandissant :D Pas de grand texte, pas encore utile, mais vous savez très bien qu'on a la crème des meilleurs. Dans le groupe C1 vous trouvez : Florent, Nicolas, Paolo, Lenny, Luca, Patrick, Stéphane, Nikita, Daniel et Clyde. En ce qui concerne les C2 : Luke T, Jean, Luke G, Benjamin et Arthur. Ainsi que Jeremy, Kai et Oscar. Accompagné des C3 : Noé et Ricardo. De plus, le groupe perd sa touche de féminité, dû au départ des monitrices Cassandra et Margaux. Mais il gagne un Jérémy vaillant, fort, et tout aussi souple !

Alban



ANTALAHA MADAGASCAR

Quelques nouvelles du sud !

Suite à la traditionnelle soirée de la FSG en 2014 comme annoncé par le président, un don à été fait en faveur des enfants de l'école du CALA (Comité d'Aide aux Lépreux d'Antalaha) très défavorisés car rejetés par la société.

Depuis, il a été possible de financer des installations à caractère sportif et pédagogique. Un professeur de gymnastique qualifié donne des cours aux enfants, du matériel tel que raquettes de badminton ou balles de tennis a pu être acquis. Et, grande nouveauté une installation de barres fixes ainsi que des "vrais buts de football" a pu être réalisée.

Dans le même élan des amis, Versoisien pour la plupart, ont permis l'électrification d'une salle de classe.

Beaucoup de problèmes subsistent, non seulement pour les conditions matérielles d'enseignement (en très net améliorations) mais se posent des problèmes de mentalité !

Monsieur, on ne va pas à l'école pour jouer !

ou encore : "La gymnastique..... ce n'est pas de l'étude"

Grâce à de nombreuses aide le CALA gère sa cantine scolaire, (4 fois par semaine) les repas y sont de mieux en mieux équilibrés.

Des questions restent néanmoins sans réponse. A quand l'autonomie.?

Il faut savoir aussi qu'il n'est pas possible de demander un écolage de plus de 1,5 euros par mois ! La population rurale ne pouvant envisager de telle dépenses.

Francis



CONCOURS AGRES DE SEPTEMBRE

Le 17 septembre, nous avons commencé tout de suite avec notre premier concours. Ester, Lya, Olivia, Elodie et Christine se sont donné rendez-vous pour un concours un peu spécial. Seules les meilleures de Genève étaient présentes pour s'entraîner pour le championnat romand qui approche ou pour les plus grandes, pour assurer leur place pour les prochains championnats suisses. Malgré une note aux recks très basse, Elodie obtient suffisamment de points pour prendre la 5^{ème} place et représentera bien Genève en catégorie 7 aux prochains championnats suisses !

Bravo

Sylvie





SOIRÉE GYM 2016 - LES DANSES DU MONDE

Cette année, la FSG Versoix va vous entraîner dans la danse de son spectacle annuel de gymnastique !
Nous vous donnons rendez-vous les 3 et 4 décembre pour « les danses du monde » !



FIN D'ANNEE GYMNIQUE AGRES

Soirée bowling pour clore cette année gymnique avec le groupe des agrès 5-7 ! C'était aussi l'occasion de dire au revoir à Lara qui repart en Suisse-Allemande, à Laura et Sophie qui partent étudier en Angleterre ou à Giulia, Samara et Emilie qui arrêtent la gym et Tania qui passe en actifs. Soirée fort sympa, qui se termine avec une petite larme à l'œil...

A bientôt les filles et à la rentrée pour de nouvelles aventures pour les autres !

Sylvie



CONCOURS EXTERIEURS AGRES

Le groupe agrès 5-7 s'est déplacé à 2 reprises à l'extérieur de Genève pour des compétitions. Ces rencontres sont non seulement qualificatives pour les championnats suisses, mais aussi, l'occasion de se faire une chouette sortie entre copines !

C'est donc avec 8 gymnastes que nous nous sommes rendus à Martigny le 7 mai dernier pour le « concours le plus long du monde ». En effet,

les résultats ont terminé à 23h passées !

Fatiguées mais contentes... pas de distinctions, mais une bonne ambiance, où on a perdu Emilie et on a joué à la place de jeux ! Merci Denis de nous avoir rejoint !

3 semaines plus tard, c'est un groupe de 7 gymnastes accompagné de Marc qui s'est rendu au Landeron pour une belle compétition. Bravo à ces gymnastes pour leurs prestations ! Maeva termine à une place de la distinction, Cecilia fait un super concours et Elodie prend...la dernière place... tant pis, ça fait quand-même des points et de l'expérience!

Sylvie



ATHLETISME

Voici en images le dernier cours d'athlétisme du 31 mai dernier. MERCI à Guillaume et Fabrice pour ces années d'entraînements !!
Le cours a été repris par Joël, Yves, Eric et Coline, alors bonne suite à vous tous et à bientôt !



CHAMPIONNATS GENEVOIS AGRES CATEGORIES 3 A 7

La FSG Versoix était dignement représentée lors du dernier championnat genevois agrès qui regroupait les catégories 3 à Dames.

Plus de 30 gymnastes de Versoix ont concouru !

2 distinctions en catégorie 3, 4 distinctions en catégorie 4 ainsi qu'une belle 3^{ème} place pour Lya, une distinction pour Maeva en catégorie 5, une 4^{ème} place pour Alban, et encore un beau podium pour Manon en Dames !

Ce concours est qualificatif pour les championnats romands et Versoix qualifie 10 gymnastes ! Un record. Bravo à tous et belles vacances!

Sylvie



CAMP AGRES DU MOIS D'AOUT

La mairie de Versoix doit certainement être un peu gymnaste, car elle est souple ! En effet, cette année, le camp de gymnastique agrès a dû être déplacé car la salle d'Ami-Argand était en travaux... alors les cantonniers ont transporté tout notre matériel dans la salle de Montfleury ! Ce sont près de 40 gymnastes qui se sont entraînés tous les matins du 15 au 19 août dernier avec cette fois un vrai groupe de garçons !

Comme ça fait du bien de voir toutes ces frimousses heureuses chaque matin de se retrouver ! Des tournus de 20 minutes à chaque engin, de la force, des nouveautés à essayer, de la poutre, du track et du trampoline ! Les pauses et le moment pique-nique sont toujours des moments sympas aussi ! Nous avons même fêté l'anniversaire de Clara...

Le vendredi, nous avons terminé la semaine à la plage de Choiseul et cette fois, la météo était avec nous ! Tout le monde a pu se baigner !

Le soir, nous avons une bande d'actifs et de grandes agrès très motivés. Bravo à Cedric pour sa motivation hors pair!

Un immense merci à toute l'équipe des moniteurs, car vous êtes juste top ! Bravo et à l'année prochaine!

Sylvie



FÊTE DES PROMOTIONS ET JOURNEE DU SPORT



Un immense bravo à Marc et à son équipe d'extraordinaires monitrices pour l'animation qu'ils ont proposée lors de la journée offerte aux élèves des écoles de Versoix pour leur fête des promotions.

Marc a créé un parcours incroyable pour développer l'équilibre, découvrir le trampoline et pleins d'autres engins durant toute la journée. Les enfants ont adoré ! Même Marianne a essayé... La gym, quand on a ça dans le sang, c'est pour la vie ! Bravo !

Le 4 septembre dernier, la mairie de Versoix a proposé aux sociétés versoisiennes de promouvoir le sport et nous avons répondu présents ! Nous avons donc gonflé l'Air Track sur la piste d'athlétisme du centre sportif et durant toute la journée, nous avons proposé des démonstrations. Malgré le fait que nos cours étaient déjà complets, nous avons proposé à de nombreux enfants d'essayer ! Le soleil était au rendez-vous et c'était encore une belle journée gym ! Merci à toutes les petites mains qui ont aidé lors de ce dimanche !

Sylvie

