

Société de gym de St-Maurice - Rapports des sections SG (AG 2015)

Sports de Neige (SDN)

Suite à l'assemblée générale de la SDN, nous pouvons confirmer que la société est encore debout.

Quelques désistements sont à signaler. Il y a également eu un tri dans le listing de la société en fonction du manque de nouvelles de certains depuis plusieurs années.

Suite à la discussion lors de l'AG, il a été décidé que plusieurs membres faisant occasionnellement les sorties avec nous et étant membres de la SG de St-Maurice, seraient inscrits à titre d'« invités ». Plusieurs autres membres encore font partie de la liste en fonction de leur implication au sein du comité de la SG.

Ce qui nous amène à 111 membres actifs dont 50 jeunes/enfants, 6 membres invités et 3 membres du comité SG.

La saison 2014/2015 a vu les objectifs de la SDN varier vers une offre de plusieurs activités de neige. Le ski de fond a rejoint le ski de piste et la peau de phoque.

Pour que la SDN reste interactive, toute personne ayant une sortie prévue, avec une envie de la partager, le fait par mail et "youpie !" s'il y a des intéressés.

Tout petit engouement pour le ski de fond, il paraît s'agrandir légèrement pour cette saison. Il ne manque que la neige ou les dates.

Concernant les comptes, nous sommes toujours indépendants par rapport à la SG et tout va bien, les cotisations sont minimales et restent inchangées depuis déjà l'ancien ski-club. La fortune de la SDN se monte à 8140.95. Nous remercions chaleureusement la commune qui nous subventionne à hauteur de 20.-/enfant et remercions également Joël Sansonnens qui supervise nos comptes et les approuve à chaque fois.

Les Athlètes en 2015

La saison 2014 – 2015 s'est déroulée à satisfaction avec des résultats largement commentés sur le site de la société, on y trouve en plus des résultats et plusieurs commentaires, des photos retraçant chaque compétition ou concours.

La fréquentation aux entraînements est encourageante même si certains Jeunes ne suivent pas les règles du jeu fixées en début de saison dont le respect des entraîneurs et monitrices et des autres.

La participation est aussi un point qui parfois est défaillant, s'annoncer en cas d'absence.....

L'annonce aux compétitions est aussi une longue bagarre. Il faut toujours rappeler les délais que nous devons respecter pour les transmettre aux organisateurs.

Les Athlètes sont répartis en quatre groupes qui couvrent tous les âges et les capacités de performance. En gros, la phase d'apprentissage chez Yvette renforcée par Anastasia ; la consolidation des gestes sans nécessairement la compétition en point de mire, avec Anastasia ; la compétition comme objectif à moyen et long terme assurée par les compétences de Christian. Enfin le 4^{ème} groupe, plutôt les coureurs, avec Jeannot. La répartition des entraînements peut varier de un à sept entraînements par semaine et de 3 à 25 compétitions durant l'année.

Les résultats dans tous les compartiments correspondent à l'envie de se dépasser avec en point d'orgue chez les filles : Maureen, Natacha, et Samuel qui se sont illustrés dans les championnats suisses. Maureen a frôlé l'exploit d'une participation aux championnats d'Europe pour quelques cheveux, frustrant.

Malgré la charge hebdomadaire provoquée par les entraînements et compétitions, une rencontre fort sympathique, au Couvert du Bois-Noir, a permis de se retrouver, Parents, athlètes et entraîneurs.

Durant 2015, Jean-François a fait valoir ses droits à la retraite, une grande reconnaissance pour sa disponibilité plusieurs dizaines d'années durant, son engagement et son sens de l'humour.

Merci à toute l'équipe des entraîneurs, aux parents, aux accompagnateurs, au comité dont le soutien et les appuis sont indispensables.

Yvette et Jean

Gym-Hommes

Nous avons vécu nos rencontres annuelles du jeudi avec une fréquentation de 5 à 10 membres avec la satisfaction de constater la présence régulière des petits nouveaux ayant rejoint nos rangs la saison précédente.

Merci à eux, ce sont des éléments qui "boustent" le groupe et nous avons toujours de la place pour en accueillir d'autres...

Ces rencontres dont le but premier est quand même sportif, voit le côté rencontre, vécu, comme au rugby, lors de la troisième mi-temps toujours très apprécié.

Alors, n'hésitez pas, rejoignez-nous.

Jean-Michel Richard

Dames Juniors

Le groupe est stable avec environ une quinzaine de dames qui se réjouissent de la rencontre hebdomadaire pour se défouler sportivement et papoter un peu.

Avec une musique bien rythmée, nous nous échauffons : aérobic, step, renforcement, de la condition physique et bien d'autres encore Excellents moments de détente et de plaisir.....

On sait aussi être sérieuses et concentrées avec Vanessa et ses petites suites au step.

Un tout gros merci à Viviane, Michèle, Vanessa et Anastasia qui ont assuré la continuité durant mon absence prolongée suite à l'accident de ski de février 2015.

Dès le printemps arrivé et les beaux jours installés, c'est plutôt les ballades en nature qui sont privilégiées avec une magnifique sortie à Emosson, à couper le souffle malgré une marche d'approche vers le restaurant assez pénible, agréablement récompensée par un soleil généreux et de quoi se remettre en forme avec un apéritif pétillant et un repas reconstituteur. Quelle énergie après sous un ciel bleu incomparable et un paysage plein d'émotions. (Emosson)

Merci à toutes pour votre enthousiasme permanent, vive les gymnastes, merci au comité.

Yvette

Dames Seniors

En ce lundi 15 septembre 2014, nous reprenons le chemin de la salle de gym de l'école primaire. Ce sont douze vaillantes dames qui se réjouissent de se retrouver après la pause de l'été.

Cela fait du bien de reprendre nos cours en musique et de renouer avec les espaliers, bancs suédois et autres engins de gymnastique.

Durant l'année, nous travaillons avec le maximum d'engins à mains comme les cerceaux, ballons, therabands, bâtons, massues, etc. ..., tout cela en musique, ce qui aide énormément et nous stimule. Nous avons parfois quelque difficulté avec le rythme, mais cela ne fait rien lorsque le plaisir est là.

Au printemps, lorsque les jours rallongent, nous profitons d'aller nous balader tout en ne négligeant pas de faire travailler nos muscles avec la theraband ou de jouer... loin des regards indiscrets...

Entre-temps, il nous arrive de faire une pause et de nous retrouver autour d'une table pour déguster une raclette, en l'occurrence ce printemps chez notre nouvelle venue, Elisabeth Simonazzi à Monthey, au moment où la Vièze menaçait de sortir de son lit. Heureusement, ce soir-là, elle resta sagement dans son lit, malgré un foehn à décorner un bœuf !

En juin, nous nous sommes retrouvées chez l'une des nôtres pour une soirée-agape fort sympathique. N'ayant pas trouvé de date favorable pour une sortie groupée (avec les gymnastes du mercredi), nous l'avons remise au mois de septembre/octobre.

Une note triste qui a marqué cette saison : l'absence de notre chère Catherine Coquoz qui, après avoir lutté de toutes ses forces durant de nombreux mois, finira par succomber à sa maladie. Catherine a fait partie de notre groupe durant de très nombreuses années et s'est beaucoup investie à la fois dans le comité et dans les nombreux services qu'elle rendait toujours spontanément. Nous ne l'oublierons pas et garderons d'elle un lumineux souvenir.

Merci au président et à son comité pour leur travail dans l'ombre et bonne continuation ! Vive la gym !

Michèle Allet

Parents-enfants

Nous débutons l'année le mardi 2 septembre 2014 avec un effectif de 10 mamans.

Le deuxième mardi, cinq mamans nous rejoignent. Nous continuons les cours dans une bonne ambiance et sommes une quinzaine.

C'est une année tranquille, sans fête cantonale.

Je fini l'année le mardi 9 juin 2015 avec la traditionnelle chasse au trésor au parc de jeux et la sortie avec les frères et sœurs au Gryon-parc, le mercredi 10 juin.

V. Dupuis

Gym enfantine

Nous avons commencé la gym le 2 septembre avec 17 enfants et 3 monitrices. Nous avons d'abord commencer des leçons avec beaucoup d'engins et de petits jeux, puis nous avons aussi fait des leçons à thème comme Monsieur et Madame ou Pélagie n'a peur de rien.

A Noël nous avons invité les parents à faire la gym avec nous, ils ont dû tirer leur enfant sur une luge, grimper aux espaliers pour faire des sapins de Noël et faire un bricolage avec de la peinture lumineuse. A la fin nous avons mangé des gâteaux et bu un vin chaud .

Les enfants ont beaucoup aimé la sortie à luge ainsi que les parents.

A Pâques nous avons fait un bricolage un peu difficile mais que les enfants ont beaucoup aimé accompagnée d'un petit loto.

Au printemps nous sommes parfois sortis et avons pu faire des parcours d'obstacle au bord du Rhône.

Enfin nous avons clos l'année en faisant une chasse au trésor et un goûter le 2 juin.

Merci à tous les enfants et à mes aides monitrices qui ont participés avec assiduité.

Magdalena, Fiona et Viviane