



gymféminine
épalinges

L'histoire

Notre Société de Gymnastique Féminine a été fondée lors de l'ouverture de la première salle de sport du village en 1968.

Janvier 1970, deux leçons pour les pupillettes regroupent des fillettes de 7 à 15 ans.

Au début des années 80, la société prend un nouvel essor :

1. Leçon de piscine le mardi soir,
2. Groupe de jeunes filles de 16 à 20 ans,
3. Groupe « Mères et Enfants »,
4. Gymnastique enfantine pour garçons et filles de 4 à 6 ans
5. Section volleyball, le mercredi soir.

Dès les années 2000, des changements s'organisent pour les cours :

1. Le groupe « Mères et Enfants » devient « Parent & Enfant »
2. Le groupe Enfantine change de nom et devient Mini-Mixte
3. Dès 2016, 2 groupes Mini-Mixte existent, les 4-6 ans et les 6-8 ans
4. En 2019, un nouveau cours de yoga est organisé et un autre suit en 2021
5. Les moniteurs sont de plus en plus présents dans la formation de notre jeunesse.

A ce jour, la société compte plus de 200 gymnastes qui couvrent une large palette d'âge, allant de 2 ½ à plus de 90 ans !

Les présidentes

Pour qu'une société de cette ampleur puisse vivre, nous avons eu tout au long de ces années des comités d'exception dirigés d'une main de maître par des présidentes dignes de ce nom.

| | |
|-------------|-----------------------------|
| 2016 - | Francesca Mascello |
| 2011 - 2015 | Irène Riederer |
| 2006 - 2010 | Ariane Scheidegger |
| 1999 - 2005 | Yvonne Gmür |
| 1976 - 1998 | Simone Cortellini |
| 1971 - 1975 | Elisabeth Béguin |
| 1969 - 1970 | Agnès Weber |
| 1968 | Christine Gerritsen-Coderey |

Notre monitorat

Il va s'en dire que si notre comité est très efficace, l'équipe du monitorat l'est tout autant.

La conception de leçons variées et ludiques pour l'ensemble des membres est changée toutes les semaines.

Le tableau ci-dessous dévoile les jours, horaires et leçons de l'ensemble de notre société :

| Jours | Horaires | Groupes | Âges | Les Moni..... |
|---------------|---------------|------------------|-----------------------|--|
| Mardi | 18.00 – 19.00 | Parkour Mixte | dès 8 ans | Dylan Crupi |
| | 18.30 – 19.30 | Aqua Gym | Dames | Ariane Scheidegger & Valérie Locatelli-Zoll |
| Mercredi | 08.30 – 09.30 | CAF 1 * | Dames | Corinne Cuperly |
| | 09.30 – 10.30 | CAF 2 * | Dames | |
| | 15.00 – 16.00 | Yoga Kids Mixte | 4-8 ans | Priscilla Coeytaux |
| | 16.00 – 17.00 | Mini-Mixte 1 | 4-6 ans | Manon Reist, Sylvie de Siebenthal, Sarah Keller, Audrey Delamadeleine, Timéo Girardet & Matis Girardet |
| | 17.00 – 18.00 | Mini-Mixte 2 | 6-8 ans | |
| | 18.00 – 19.00 | Gymnaste moyenne | 8-10 ans | Mélanie Settembrino, Léa Mariétan & Hadrien Dobbelaere |
| | 19.00 – 20.00 | Gymnaste grande | 11-15 ans | |
| 20.00 – 22.00 | Volley-ball | Dames | Laurence Maïkoff Moix | |
| Jeudi | 18.15 – 19.15 | Gym douce | Dames | Sabine Flach & Francesca Mascello |
| | 19.30 – 20.30 | Yoga | Dames | |
| Vendredi | 18.00 – 19.00 | Parent-Enfant | 2 ½-4 ans | Quety Genoud & Elodie Mezenen |

Toutes les leçons sont données dans les salle de gym et salle de rythmique du complexe de Bois-Murat, ch. du Bois-Murat 13-15 à Epalinges

Sauf *:

1. Les cours CAF 1 & 2 (cuisses-abdo-fessiers) sont donnés à la salle de paroisse, ch. de Sylvana 2 à Epalinges.

Quelques exemples d'activités & d'organisation, depuis l'an 2000

Décembre 2003

Présentation du nouveau logo de notre société qui est encore notre emblème à ce jour.

Mars 2004

Spectacle « le tour du monde en ballon » pour le 35^e anniversaire de la création du groupe des pupillettes.

Janvier 2008

Changement de nom de groupe par la SFG:
pupillettes = jeunes gymnastes /mères-enfants = parent-enfant

Janvier 2011

Ouverture officielle de notre site Internet « www.gymfem-epalinges.ch »

Le 27 août 2011

La jeunesse de notre société participe à l'action « Cool & Clean games » organisé par Jeunesse & Sport.

Le 1^{er} sept. 2012

Randonnée au Mont Suchet pour une vingtaine de dames, même si le temps n'était pas au rendez-vous.

Le 23 août 2013

Participation à la Fête fédérale de Gymnastique à Bienne.

Le 7 sept. 2013

45^e anniversaire de notre société. Une fête champêtre a été organisée dans les alentours d'Épalinges.

Les 28 et 29 mars 2015

Après 11 ans d'attente, notre spectacle « Voyage à travers les cinq continents » a été une grande réussite et extrêmement fédérateur pour l'ensemble de la société.

Janvier 2018

On débute notre 50^e par un nouveau graphisme de notre site. Celui-ci prend un coup de jeune nécessaire après 6 ans d'activités.

Les 17 et 18 mars 2018

Notre spectacle « Cette année-là... » fait un tabac auprès du public palinzard.

Le 16 juin 2018

Nous partons en course d'école dans le Lavaux, avec une excursion en petit train, un repas dans les vignes et on finit par la visite du musée Chaplin's world.

Septembre 2018

Nouvelle organisation des groupes juniors avec l'ouverture d'un nouveau groupe Mini-Mixte 2 (6 à 8 ans).

Le 29 septembre 2018

Une quinzaine de gymnastes prend part à un « coup de balai » dans les forêts d'Épalinges organisé par la Commune. Une grande première, un moniteur pour l'aqua-gym est engagé.

Le 19 juin 2019

Assemblée extraordinaire pour deux votes d'anthologie. Inclure les parents dans nos statuts et sortir de l'ACVG ou se mettre en pause durant 2 ans.
Les parents sont acceptés et on se met en pause de l'ACGV.

Septembre 2019

Nouveau cours de Yoga-Pilates, très attendu par nos membres.

Réorganisation des leçons dans la salle de gym à Vers-chez-les-Blanc, suite à la reconstruction de la salle de gym de Bois-Murat. Cela va durer au moins trois ans.

Nouveau logiciel, via notre site pour la planification de la société.

Janvier 2020

Suite aux modifications en AG extraordinaire, une nouvelle version des statuts, a été validée par l'ACVG et acceptée en AG annuelle.

Du 11 mars au 30 août 2020

Suite à la pandémie mondiale de la Covid19/Corona, tout s'arrête.

Le confinement est demandé, donc arrêt des cours de gym et de toutes les manifestations extérieures.

Septembre 2020

Nouvelles stratégies pour donner les leçons de sport avec les restrictions sanitaires obligatoires (masque, gel, distance minimale).

La randonnée de montagne a lieu du côté du Lac noir en pays fribourgeois.

Décembre 2020

Après 15 ans d'attente, nouveau t-shirt pour tous les membres de la société.

Septembre – Octobre 2021

Le groupe du volley peut enfin recommencer les entraînements.

Le cours de yoga ouvre un nouveau cours avec un cours vinyasa.

La randonnée de montagne a lieu du côté de Chambéry

Les juniors font une sortie récréative, pendant que certains s'éclateront à Urbakids (Orbe), d'autres iront au Jumpark et à la grande Cariçaie (Yverdon).

Novembre 2021

La société de gym passe d'une activité annuelle à une saisonnière (sept-juin). Ce changement est validé par la 1^{ère} AG virtuelle (suite Covid).

Un nouveau moniteur pour les jeunes gymnastes est engagé.

Avril 2022

De nouveaux aides-moniteurs sont engagés pour les groupes mini-mixte.

Septembre 2022

On rentre dans « nos murs », retour dans le complexe de Bois-Murat.

Deux nouvelles disciplines pour les juniors. Le Parkour-mixte et le Yoga Kids mixte pour compléter l'ensemble des cours.

Novembre 2022

AG en présentiel avec la découverte du programme du 55^e en 2023

2023 : 55^e anniversaire de notre société

Programme spécial toute l'année

L'assemblée générale, la randonnée de montagnes, le championnat de volley (www.volley-wellness.com), le loto, la piste Vita, les grillades du Chaugand, le pique-nique automnal, la fête de Noël sont autant d'exemples qui nous permettent de tisser des liens essentiels pour le futur de notre société.

Contact utile

Francesca Mascello
079 616 60 46 / info@gymfem-epalinges.ch

www.gymfem-epalinges.ch
BCV Epalinges / IBAN CH47 0076 7000 R554 7234 1

Nos partenaires officiels



www.stv-fsg.ch

FÉDÉRATION
SUISSE DE
GYMNASTIQUE



ASSOCIATION
CANTONALE
VAUDOISE DE GYMNASIQUE



EPALINGES
SITE OFFICIEL
DE LA COMMUNE

COOL & CLEAN



VOLLEY
WELLNESS



JEUNESSE ET
SPORT