gymféminine

épalinges

L'historique

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.
6. Un nouveau cours de Parkour-mixte est ouvert à la rentré 2022

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 dirigées 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

Nos moni .....

Il va s'en dire que si notre comité est très efficace, l'équipe des moni l'est tout autant.
La conception de leçons variées et ludiques pour l'ensemble des membres est changé toutes les semaines.
Le tableau ci-dessous dévoile les jours, horaires et leçons de l'ensemble de notre société :

Jours	Horaires	Groupes	Ages	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
	19.00 – 20.00	N I A		Sonia Bertrand
Mercredi	08.30 – 09.30	CAF 1 *	Dames	Corinne Cuperly
	09.30 – 10.30	CAF 2 *		
	16.00 – 17.00	Mini–Mixte 1	4–6 ans	Manon Reist, Sylvie de Siebenthal & Sarah Keller
	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	Sonia Bertrand & Francesca Mascello
	19.30 – 20.30	Yoga Kundalini		Mehdi Redzepi
Vendredi	18.00 – 19.00	Parent-Enfant	2 ½-4 ans	Quety Genoud & Elodie Mezenen

Nos moni encadrent nos nouveaux aide-moni juniors. Il s'agit de :
Audrey Delamadelaine – Timéo Girardet – Matis Girardet – Lionel Schmied

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

Sauf les cours *:
1. Aqua-gym : piscine du complexe scolaire à Epalinges
2. CAF 1 & 2 (cuisses-abdo-fessiers) : 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 35e 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 1er 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
45e anniversaire de notre société. Une fête champêtre a été organisée dans les alentours d'Epalinges.
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 50e 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'Epalinges 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 entrainements.
Le cours de yoga ouvre un nouveau cours avec un cours vinyasa.
La randonnée de montagne a lieu du côté de Chambery
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 1ère AG virtuelle (suite Covid).
Un nouveau poste au comité est créé, il s'agit d'une coordinatrice pour les équipes juniors. Sur cette lancée un nouveau moniteur est engagé pour les jeunes gymnastes.
Avril 2022
De nouveaux aides-moniteur.trice.s sont engagé.e.s pour les groupes juniors.
10 au 14 Juillet 2022
On participe avec 8 gymnastes à Euro-Gym à Neuchâtel. Plus de 10'000 gymnastes sont actifs durant cette magnifique semaine.
Septembre 2022
On rentre dans « nos murs », retour dans les salles de gym du complexe scolaire de Bois-Murat.
Une nouvelle discipline pour les juniors : Le Parkour-mixte dès 8 ans complète l'ensemble des cours. Changement de moni au yoga, donc changement de style de cours. On passe du yoga-vinyasa au yoga-kundalini.
Novembre 2022
AG en présentiel dans le foyer de la salle des spectacles avec la découverte du programme du 55e en 2023.

Janvier 2023
Ouverture d'un nouveau cours dames – le NIA new impact aérobic. Le cours est rapidement complet avec de nouvelles et anciennes membres.
Mars 2023
Organisation d'une soirée « petits paquets » qui reçoit un grand succès auprès des membres, plus de 35 personnes inscrites.
Juin 2023
Fête cantonale jeunesse à Savigny – Gym-Move – 3 groupes y participent.
Le groupe P+E fera une sortie au zoo de Servion.
Septembre 2023
Randonnée dans le valais avec nos dames
Octobre 2023
Pique-nique champêtre pour toute la société à la cantine du Châtaignier au Mont-sur-Lausanne.
Janvier 2024
Organisation d'un loto pour terminer notre 55e en beauté.

L'assemblée générale, la randonnée de montagnes, le championnat de volley (www.volley-wellness.com), le loto, la piste Vita, le passeport-vacances, 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

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

www.gymfem-epalinges.ch
BCV Epalinges / IBAN CH56 0076 7000 S098 0672 9

Nos partenaires officiels

FÉDÉRATION SUISSE DE GYMNASTIQUE

ASSOCIATION CANTONALE VAUDOISE DE GYMNASTIQUE

EPALINGES SITE OFFICIEL DE LA COMMUNE

COOL & CLEAN

VOLLEY WELLNESS

JEUNESSE ET SPORT