



**Nos actifs vainqueurs toutes catégories de la fête avec
28,23 points**

JOURNAL D'ARTISTIC GYM 13 ETOILES, octobre 2011

l'impression du journal est offerte par Michel PITTELOUD – PITOEUFS SA
merci à cette entreprise qui soutient régulièrement notre Société

ACTIFS



course d'estafette :
3^{ème} rang



Passons la parole à LAURENE

La gymnastique fait partie de mon parcours depuis toujours ou presque. C'est dès mes premières années que j'ai eu le plaisir de débiter la gymnastique. D'abord accompagnée de ma mère et de mon grand frère à la gym mère-enfant. Puis avec les années j'ai pris goût à la pratique du sport. J'ai eu l'occasion de m'épanouir au sein de différents groupes et même de découvrir un autre sport grâce aux bases précédemment acquises. D'ailleurs je recommande à tous les gymnastes de tester, au moins une fois, le plongeon ! Ces deux sports m'ont apporté, mis à part de nombreuses courbatures, d'inoubliables rencontres et de merveilleux souvenirs. Ils m'ont aidé à me construire sur beaucoup de plans et à me sentir épanouie.

Par la suite mon parcours professionnel m'a dirigé vers le Valais et internet m'a fait découvrir AG13*. J'avais bien envie de me remettre à la gym, pouvoir me défouler avec des gens sympa. Et le besoin de trouver une chouette équipe motivée ne pouvait que m'amener à

AG13*. Accueillie sous le soleil de Brigerbad, on m'a généreusement admise au sein du groupe. Et après une année de pratique je prends toujours un grand plaisir à participer aux entraînements et retrouver cette super ambiance.

Le fait que la Société fonctionne grâce au bénévolat permet à chacun d'accéder à la pratique de la gym et offre une grande qualité d'enseignement grâce à l'investissement d'entraîneurs passionnés. Merci à tous ceux qui s'investissent pour permettre au club d'exister !

Dans l'éventualité où j'aurais une baguette magique j'apprécierais faire découvrir à l'équipe les plus belles salles de gym. Enfin non j'aimerais bien leur offrir la plus incroyable, la plus fantastique, la plus inimaginable des salles ! Même si au fond AG13* n'a pas besoin de tous ces artifices pour gagner ! Merveilleux souvenir que la dernière fête cantonale. Lorsque tous les efforts finissent par payer et qu'ensemble on a su profiter d'un magnifique week-end.



BRAVO à vous tous et un grand MERCI.

JOURNAL D'ARTISTIC GYM 13 ETOILES, octobre 2011

l'impression du journal est offerte par Michel PITTELOUD – PITOEUFS SA

merci à cette entreprise qui soutient régulièrement notre Société

JEUNESSE A



sol : 9.43
1^{ère} place agrès



course d'estafette
1^{ère} place



course d'obstacles : 9.99
2^{ème} place

course 60 m : 7.45 points

2^{ème} place au concours complet : 26.87 points

JOURNAL D'ARTISTIC GYM 13 ETOILES, octobre 2011

l'impression du journal est offerte par Michel PITTELOUD – PITOEUF SA

merci à cette entreprise qui soutient régulièrement notre Société

JEUNESSE B

Course d'obstacles, 10.00 points
1^{ère} place



Course 60 m : 9.70 points
1^{ère} place



Sol : 8.40 points
1^{ère} place agrès



course d'estafette
1^{ère} place.

1^{ère} place au concours complet : 28.10 points

JOURNAL D'ARTISTIC GYM 13 ETOILES, octobre 2011

l'impression du journal est offerte par Michel PITTELOUD – PITOEUFS SA
merci à cette entreprise qui soutient régulièrement notre Société

POUSSINS



agrès : 6.28 points



course 60 m : 8.27 points

course d'obstacles :
8.04 points



18^{ème} place au concours complet : 22.59 points

ENTRETIEN AVEC FABIENNE MARET



Cantonale 2011 et bénévolat

Lors de cette manifestation tu étais en même temps bénévole et responsable des bénévoles, que t'as apporté cette expérience ?

Un sacré défi relevé en équipe (comité, société, famille..) une aventure humaine sensationnelle : de belles rencontres, de la complicité... et parfois des coups de gueule, de la négociation...

Responsable des bénévoles c'est de la planification, de l'organisation, de l'administration. Les téléphonistes, les responsables ont pris le relais côté relation humaine.

Est-ce la première fois que tu avais ces 2 rôles dans une manifestation aussi importante ?

De cette taille, c'est la première fois. Par contre l'expérience vécue avec le CO de la fête de l'union chorale du centre en 2003, 3 jours de manifestation, 1000 chanteurs a été une expérience précieuse.

Combien de bénévoles ont été actifs lors de cette fête ?

500 bénévoles, 1400 postes de travail de 4 à 5h00 sans compter les personnes engagées par Gym Valais

A-t-il été facile de convaincre autant de personnes de consacrer du temps à la gymnastique ?

Chacune des 9 sociétés a fait la démarche auprès de ses membres : une aubaine. Lorsque le personnel de la commission contacte les bénévoles, nous nous sommes vite aperçues que l'identité de chaque société était forte : au téléphone, se présenter au nom de la fête cantonale a facilité les contacts. S'il est facile de trouver du personnel pour les cantines il en va autrement pour le rangement, nettoyage, le transport du matériel.

As-tu le sentiment que notre sport permet de mobiliser plus facilement qu'un autre des bénévoles ?

Pas plus qu'un autre sport ! Aujourd'hui nous accordons une grande importance aux divertissements. De multiples activités les plus diverses sont accessibles. Il est plus tentant de se faire plaisir, n'est-ce pas ! Les situations familiales évoluent, la femme jongle entre famille, travail,... nous devons nous adapter, prendre le temps nécessaire pour découvrir la personne et ainsi lui proposer un poste qui lui convient.

Peut-on craindre une diminution du bénévolat dans notre sport ?

Je préfère me concentrer sur comment en trouver ! Questionner sur le refus parfois cela nous permet de comprendre, de trouver des solutions, de rassurer. A nous également de reconnaître leur talent, de les remercier...

JOURNAL D'ARTISTIC GYM 13 ETOILES, octobre 2011

l'impression du journal est offerte par Michel PITTELOUD – PITOEUFS SA

merci à cette entreprise qui soutient régulièrement notre Société

Que se passerait-il si le bénévolat venait à diminuer fortement ?

S'organiser différemment, trouver d'autres moyens

As-tu une anecdote particulièrement savoureuse qui te vient à l'esprit quand on évoque le bénévolat ?

Responsable des clés, l'accès aux salles aucun problème, par contre pour rentrer chez moi... impossible d'y accéder sans clé ! et oui parfois on s'oublie !

Un souvenir particulièrement agréable à nous faire partager ?

Installée au stand des bénévoles depuis plus de 2 jours, Vincent m'a donné rendez-vous à l'information tout simplement pour découvrir la fête : de la gym partout, un monde fou, partout... sensationnel ! oh tester le vélopass... génial ! Distribuer les prix souvenir aux gymnastes du sport handicap, voir leur plaisir... que du bonheur !

Dialogue imaginaire

- Dis pourquoi les médias ne parlent pas beaucoup de notre sport
- Parce que les lecteurs et téléspectateurs ne s'y intéressent pas
- Ah !
- Regarde un peu les articles dans les journaux, t'as une photo de gymnastes sur un podium et une volée de résultats, ça intéresse qui ? les gymnastes, leurs parents et quelques amis, mais à part ça ?
- Faudrait avoir des photos des concours ?
- Ce serait mieux mais ça ne changerait pas tellement la situation, t'as vu la faible couverture d'un événement aussi important que la GYMNAESTRADA
- T'as une idée de la raison pour laquelle y a des sports qui sont mieux considérés ?
- Faut par exemple un sport qui permette de se sentir partenaire, de s'identifier à un équipe c'est le cas des fans du FC SION ou un sport avec une forte personnalisation, un bon exemple c'est FEDERER
- Donc pour nous pas d'espoir que ça change ?
- C'est pas la bonne question, la bonne question est: « à part satisfaire notre ego quel avantage tirerait-on à être plus présent dans les médias ? »

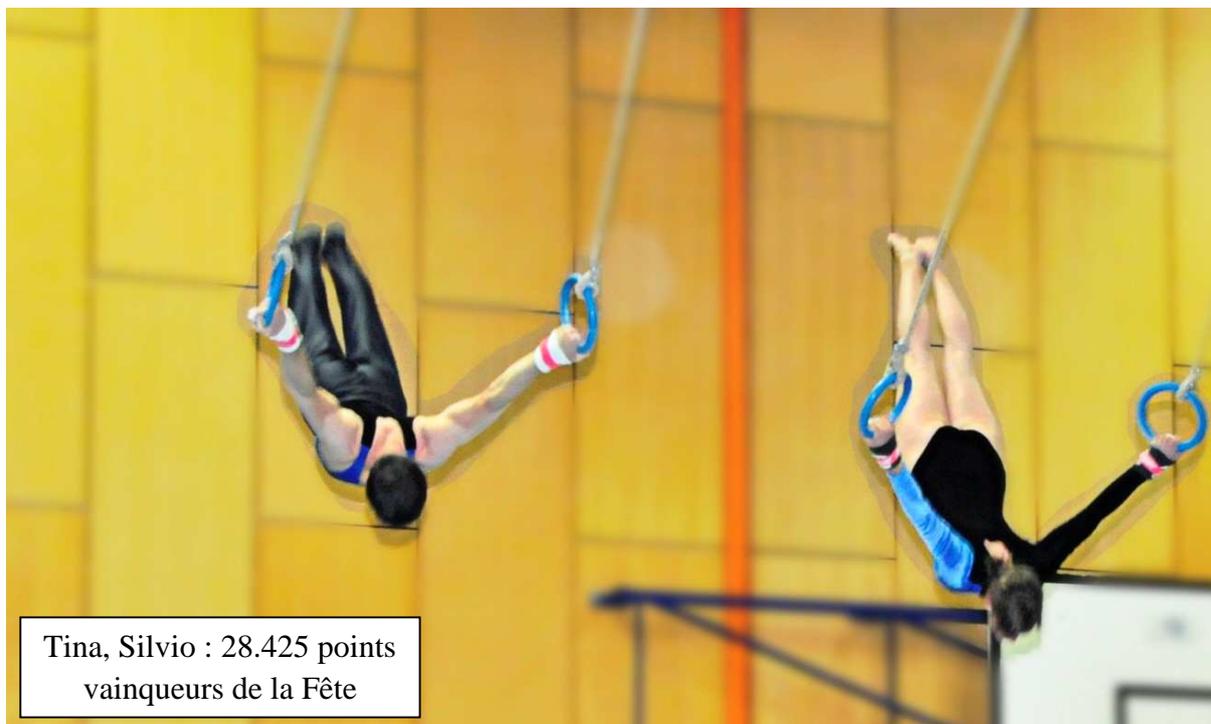


Ce petit journal a pour but de rendre visible, pour les personnes concernées, la vie d'AG 13* .
à l'occasion de ce numéro nous avons traité de la participation de notre Société à la Fête
Cantonale, le prochain numéro abordera d'autres points de la vie d'AG13*

Allez voir tous les films de la fête cantonale sur :

<http://www.youtube.com/watch?v=qU8u94WhJBk>

ELLE et LUI

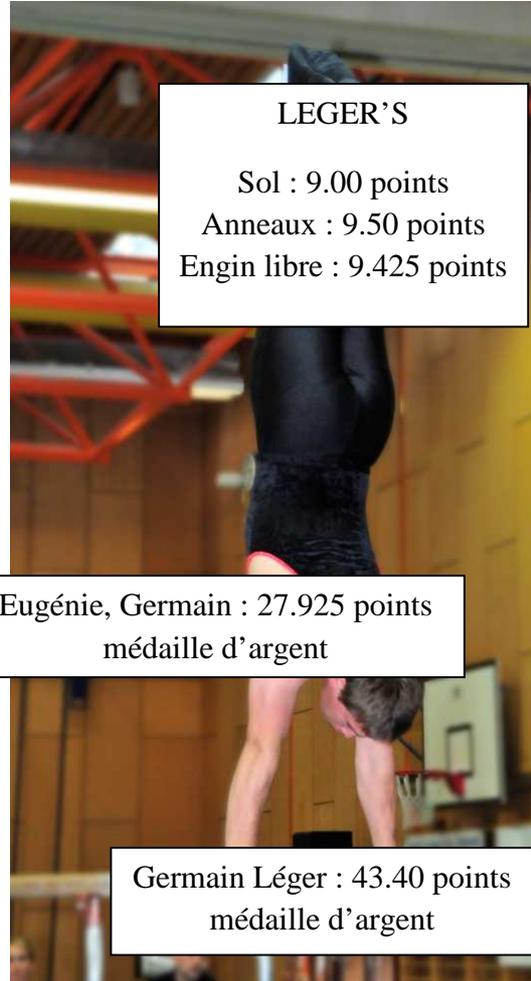


Tina, Silvio : 28.425 points
vainqueurs de la Fête



BORELLA'S

Sol : 9.50 points
 Anneaux : 9.35 points
 Engin libre : 9.575 points



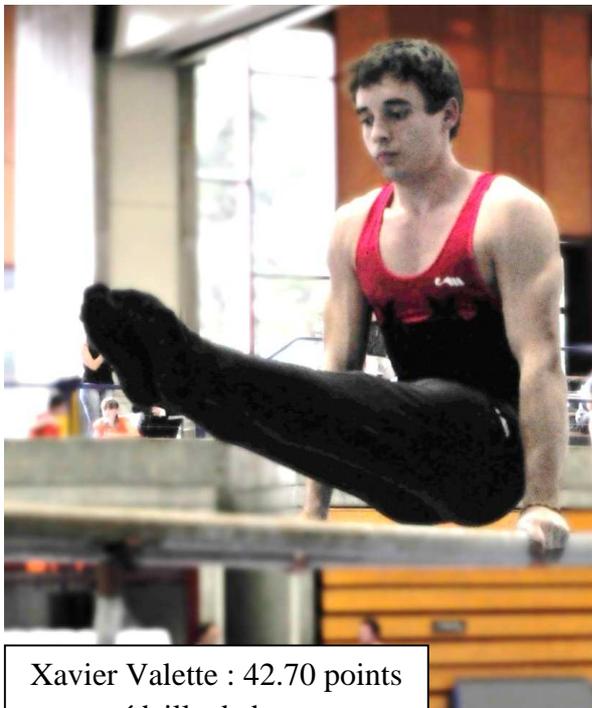
LEGER'S

Sol : 9.00 points
 Anneaux : 9.50 points
 Engin libre : 9.425 points

Eugénie, Germain : 27.925 points
 médaille d'argent

Germain Léger : 43.40 points
 médaille d'argent

C7 garçons



Xavier Valette : 42.70 points
 médaille de bronze



Silvio Borella : 44.20 points
vainqueur de la fête



C7 filles



Eugénie Léger : 34.45 points
5^{ème} rang



Anne-Sophie Reymond : 34.70 points
médaille chocolat

PUB
gym parents : tous les jeudis à
20 :00h



JOURNAL D'ARTISTIC GYM 13 ETOILES, octobre 2011

l'impression du journal est offerte par Michel PITTELOUD – PITOEUF SA
merci à cette entreprise qui soutient régulièrement notre Société

DAMES

Priska Borella : 34.85 points
médaillé chocolat



Fanny Valette : 33.40 points
5^{ème} rang



Laurène Chatelan : 31.25 points
6^{ème} rang

C6, C5, C4

Louis Gacond : 46.25 points
médaillé d'or C4



Ronny Thierrin : 45.35 points
médaillé d'or C5



Anaël Antille : 43.95 points
médaillé d'or C6

Jarod Gertschen : 46.25 m
médaillé d'argent C4

JOURNAL D'ARTISTIC GYM 13 ETOILES, octobre 2011

l'impression du journal est offerte par Michel PITTELOUD – PITOEUF SA
merci à cette entreprise qui soutient régulièrement notre Société

C5, C4, C3, C2



Tina Chenux, 35.45 points,
9^{ème} rang C2, distinction



Marie Torrent, 36.40 points,
5^{ème} rang C5, distinction



Jasmine de Riedmatten, 36.80 points,
4^{ème} rang C4, distinction



Line Chenux, 35.75 points,
5^{ème} rang C3, distinction

- Alexia Torrent**, 33.00 points, 39^{ème} rang C5
Marie Balet, 33.40 points, 25^{ème} rang C4
Lukas Valette, 45.10 points, médaille chocolat C4
Elsa Quinodoz, 34.30 points, 17^{ème} rang C3
Lisa Crettol, 33.45 points, 26^{ème} rang C3
Morane Favre, 33.05 points, 31^{ème} rang C3



Les gros cailloux

Un jour, un vieux professeur d'université fut engagé pour donner une formation sur la planification efficace de son temps à un groupe d'une centaine de jeunes et brillants chefs d'entreprises venus du monde entier. Compte tenu du grand nombre des intervenants l'organisateur lui octroya seulement 15 minutes. Le vieux professeur hésita avant d'accepter : « Quel message délivrer en 15 minutes » puis, après mûre réflexion, il accepta.

Le jour J est arrivé. Au centre de l'amphithéâtre devant ce groupe d'élite qui était prêt à noter tout ce que l'expert allait lui enseigner, le vieux prof les regarda paisiblement et lentement, puis leur dit : "Nous allons réaliser une expérience". Silence d'étonnement et de curiosité.

De dessous la table qui le séparait des participants, le vieux prof sortit un grand pot de verre qu'il posa délicatement en face de lui. Ensuite, il sortit environ une demi-douzaine de cailloux à peu près gros comme des balles de tennis et les plaça délicatement, un par un, dans le pot. Lorsque qu'il fut rempli jusqu'au bord et qu'il fut impossible d'en ajouter un de plus, il leva lentement les yeux vers les participants et leur demanda : "Est-ce que ce pot est plein?"

Tous répondirent : "Oui". Il attendit quelques secondes et ajouta : "Vraiment ?".

Alors, il se pencha de nouveau et sortit de sous la table un petit sac rempli de gravier. Avec minutie, il versa ce gravier sur les gros cailloux puis brassa légèrement le pot. Les morceaux de gravier s'infiltrèrent entre les cailloux... jusqu'au fond du pot.

Le vieux prof leva à nouveau les yeux vers son auditoire et redemanda : "Est-ce que ce pot est plein ? »

L'un d'eux répondit : "Probablement pas !". "Bien !" répondit le vieux prof.

Il se pencha de nouveau et cette fois, sortit de sous la table un sac de sable. Avec attention, il versa le sable dans le pot. Le sable alla remplir les espaces entre les gros cailloux et le gravier. Encore une fois, il redemanda : "Est-ce que ce pot est plein ?". Cette fois, sans hésiter et en chœur, les brillants participants répondirent : "Non!". "Bien!" répondit avec un brin de malice le vieux prof. Et comme s'y attendaient ses prestigieux auditeurs, il prit le pichet d'eau qui était sur la table et remplit le pot jusqu'à ras bord. Le vieux prof leva alors les yeux vers son groupe et demanda : "Quelle grande vérité nous démontre cette expérience? " Pas fou, le plus audacieux des participants, songeant au sujet de ce cours, répondit : "Cela démontre que même lorsque l'on croit que notre agenda est complètement rempli, si on le veut vraiment, on peut y ajouter plus de rendez-vous, plus de choses à faire ".

"Non" répondit le vieux prof. Ce n'est pas cela. La grande vérité que nous démontre cette expérience est la suivante : Si on ne met pas les gros cailloux en premier dans le pot, on ne pourra jamais les faire entrer tous, par la suite.

Il y eut un profond silence, chacun prenant conscience de l'évidence de ces propos.

Le vieux prof leur dit alors : Quels sont les gros cailloux dans votre vie ? Votre santé?, Votre famille ?, Vos ami(e)s ?, Réaliser vos rêves ?, Faire ce que vous aimez ?, Apprendre?, Défendre une cause ?, Vous relaxer ?, Prendre le temps... ?, Ou... tout autre chose ?

Ce qu'il faut retenir, c'est l'importance de mettre **SES GROS CAILLOUX** en premier dans sa vie, sinon on risque de ne pas réussir... sa vie. Si on donne priorité aux peccadilles (le gravier, le sable), on remplira sa vie de peccadilles et on n'aura plus suffisamment de temps à consacrer aux choses importantes.

Alors, n'oubliez pas de vous poser à vous-même, la question : "Quels sont **LES GROS CAILLOUX** de ma vie?". Ensuite, mettez-les en premier dans votre pot (vie)

D'un geste amical de la main, le vieux professeur salua son auditoire et quitta lentement la salle.

La gymnastique est-elle dans ta vie du sable, du gravier ou un gros caillou ?, une peccadille ou une chose importante ? Pour tes parents que tu fasses de la gymnastique est ce une chose importante ?

COMITE D'ORGANISATION



MARCEL MAURER, président de la Municipalité

VINCENT PELLISSIER, président du comité d'organisation



JOURNAL D'ARTISTIC GYM 13 ETOILES, octobre 2011

l'impression du journal est offerte par Michel PITTELOUD – PITOEUF SA
merci à cette entreprise qui soutient régulièrement notre Société