



Rapport 2024 Gym-Danse pour l'année 2023

Rue du Village 30 / 1055-Froideville
Tél. 079 388 09 55
e-mail : jacklyn@citycable.ch

Pour l'année 2023, la fréquentation générale est plutôt bonne.

Cela dit, je me permets de vous présenter un aperçu des services, en commençant par :

- **Le groupe de Zumba kids** les mardis au collège de Mont-Goulin de 17 h15 à 18 h 15. Pour les enfants de 7 à 14 ans que j'ai créé en mai 2014. La monitrice actuelle est Ana Martins.

- La même monitrice s'occupe aussi de la zumba mixte adulte, formation ouverte en janvier 2014 les mardis à 18 h.15 à Mont-Goulin. Après un arrêt par manque de monde, nous essayons de le remonter. Il est dispensé à L'Espace Rencontre à 19 h. le mardi. Malheureusement, les hommes brillent par leur absence et le groupe est loin d'être complet. Nous espérons pouvoir le maintenir.

En septembre 2017, j'ouvre 2 cours de Pilates, le mercredi de 18 h. à 19 h. et de 19 h. à 20 h. au collège de Jolimont, animés maintenant par Gaëlle Gasser. Malheureusement elle nous quitte et nous sommes à la recherche d'une nouvelle monitrice ou d'un moniteur au plus tard pour la rentrée en septembre.

Je continue par le cours du :

- **jeudi soir à 20 h.** qui a débuté en 1984, au collège de Jolimont. En septembre 2011, 2 monitrices, Viviane et Jessica Trolliet le reprennent avec une gym tonique. Elles disposent d'un très grand choix de matériel.

Je continue par les 3 groupes animés par moi-même :

- le premier ouvert en 1959, au collège de l'Union les lundis soir que j'ai repris il y a 8 ans. A l'époque, la gym y était donnée à 19.30.

- Suite à diverses demandes des gymnastes du lundi qui n'aimaient plus trop sortir le soir, surtout en hiver, je me suis dite qu'il serait bien d'ouvrir une nouvelle structure la journée. Ce qui fut fait 2 ans avant que je ne reprenne l'ensemble des dames du lundi.

Par chance, nous avons pu avoir une salle le mercredi après-midi à 14 h. à Jolimont, il y a 10 ans, soit en 2014.

Du coup nous avons eu une quinzaine de nouvelles personnes mais ironie du sort, aucune du lundi.

Je voudrai remercier Josette Molla et Marie-Claire Weibel qui sont là depuis le début.

Heureusement j'ai pu avancer le cours du lundi à 18.30 ce qui fait moins tard pour les participantes.

- Enfin, **au collège de Mont-Goulin** le mardi soir, j'ai repris cette équipe après 20 ans de monitaria dans diverses sociétés dont celle de Prilly.

Né en 1964, j'anime ce groupe depuis 30 ans. De la gym-danse y est donnée et nous avons aussi un grand choix de matériel de fitness, de GRS, ballons thérapeutiques et j'en passe.

Après la leçon, sur demande, de la relaxation sophrologique est donnée aux participantes intéressées, ceci dans les groupes du lundi, mardi et mercredi. Tous ces cours sont accompagnés par diverses musiques et une ambiance super-sympa règne dans les différents groupes.

Dans les 4 cours de gym danse la moyenne d'âge augmente chaque année gentiment mais sûrement. Heureusement les gens commencent à se rendre compte de l'importance de la gym après 60 ans, non seulement pour le physique, mais aussi pour le moral et la sociabilisation.

C'est pour cela aussi que l'après-gym est très important pour moi.

Nous faisons parfois des marches, de la gym en forêt et, chaque année, j'organise une sortie en juin ou fin août chez moi à Froideville ou à Isérables ou au restaurant et, en octobre, nous allons avec les maris ou conjoints qui le désirent manger la chasse ou autre chose... C'est aussi très sympa avec ces messieurs. Et en décembre nous faisons un canadien pour terminer l'année.

Pour finir je voudrais remercier toutes les gymnastes qui sont assidues depuis des mois et des années, parfois plus de 20 ans ceci dans tous nos cours.

Mais... 2 gymnastes qui me suivent depuis mes débuts à l'Association Familiale depuis 30 ans sont à honorer. Il s'agit de Caroline Broch et de Claudine Engler. Je me permets de leur offrir un souvenir ceci à titre personnel. Je remercie par la même occasion Claudine qui me remplace le mardi si j'ai une p'tit soucis. Mes remerciements vont aussi à Chantal Formaz, qui me seconde une dizaine de fois par année le lundi et de temps à autre le mercredi. Je me permets aussi de lui donner un souvenir aussi à titre personnel.

Je n'oublie pas toutes les monitrices qui œuvrent pour notre association, notre comité et les Autorités de Prilly qui me fournissent un macaron de parcage pour mon véhicule le mardi soir afin que je puisse donner mon cours.

La dinosaure du comité :

Jacklyn Nicolet