



Le groupe des actives de la FSG Fémina Hauterive défendra son titre romand en juin prochain.

Chorégraphie sportive

Chaque semaine se joue à Hauterive une partition gymnique dans le huis clos des entraînements des championnes romandes.

TEXTE SOPHIE DÜRRENMATT **PHOTO** NICOLAS DE NEVE

Impressum: Coop, région Suisse romande, CP 518, ch. du Chêne 5, 1020 Renens 1; 021 633 41 11; info-sr@coop.ch; Rédaction: Cécile Cauderay (resp.)



fédérale qui s'est déroulée l'an dernier: le palmarès est prestigieux.

Une cohésion à toute épreuve

Mais alors comment fait-on pour obtenir un tel succès? «Il n'y a pas de miracle, il faut s'entraîner et instaurer une forte cohésion de groupe», détaille Alessia Correia Fernandes (24 ans), monitrice des moins de 12 ans et du groupe des actives. «Cela fait plusieurs années que nous travaillons ensemble les techniques et les chorégraphies.» Il faut dire que la gymnastique n'est pas un sport qui s'improvise à l'âge adulte. Loin de là. «On doit commencer jeune, c'est la particularité de ce sport. Certaines bases sont essentielles. C'est en partie ce qui explique la problématique de la relève, souligne Fiona Detomi (18 ans) monitrice des 7-9 ans. Aujourd'hui, les jeunes sont des touche-à-tout. Ils viennent deux ans à la gym, puis décident de s'initier au cirque, de se lancer dans la danse, etc. Or, la gym demande une constance à toute épreuve pour obtenir des résultats.»

L'excellence au-dessus de 9

Une régularité sans faille, des entraînements supplémentaires à l'approche des compétitions, l'engagement pour la gym est de chaque instant. Le prix à payer pour décrocher des victoires et arborer des coupes. «Les Championnats romands seront le premier grand challenge de l'année. Ensuite, ce seront les Championnats suisses cet automne auxquels nous comptons aussi participer», confie Tiffany Muriset (27 ans) responsable du groupe des actives. Une manière aussi de se mesurer, d'admirer les chorégraphies des autres clubs et de bouillonner d'idées pour les prochains défis. Et des idées elles en ont ces six jeunes femmes pétillantes. Preuve en est, leurs notes oscillent toujours entre 9,20 et 9,60 sur 10. «En dessous de 9 c'est inutile d'aller aux Championnats suisses. A notre avis, ce ne serait pas sérieux.» Ne pas répéter les mêmes gestes et les mêmes enchaînements d'une année à

l'autre, varier les styles, les musiques, changer les tempos, surprendre, les championnes font le choix de repenser leur chorégraphie chaque année. «On consacre vraiment beaucoup de temps avec Tiffany pour élaborer un spectacle cohérent et original», confie Alessia. Mais nos interlocutrices ont ça dans le sang, c'est une évidence. «J'ai commencé à l'âge de 3 ans, sourit Tiffany. Je crois même que ma mère faisait de la gym lorsqu'elle était enceinte», rit-elle. La présidente, Ruth Tresch, est également l'une des co-fondatrices du club. Une constance et un engagement pour lesquels le groupe a un immense respect. «C'est quelqu'un d'incroyable, toujours partante, elle nous soutient et fait vivre cet état d'esprit solidaire et dynamique avec la quarantaine de gymnastes de la Fémina.» Vente de calendriers, organisation de concours, les filles ne reculent devant rien pour gagner de quoi s'inscrire aux différents championnats. «Ça coûte de l'argent, et il faut parfois faire des choix, malheureusement, faute de finances. La majorité des clubs sont dans cette situation car les cotisations des membres ne suffisent pas à tout couvrir.» Or, les bons résultats attirent les sponsors. «Pour ça aussi, c'est essentiel de réussir les compétitions.» ●

DES VALEURS COMMUNES

Union romande de gymnastique

Des agrès aux tournois en passant par l'athlétisme ou le trampoline (depuis cette année pour cette discipline), la gymnastique suisse est ancrée dans notre société. L'Union romande de gymnastique (URG) rassemble environ 54 000 gymnastes de tous les cantons romands. C'est en qualité de sponsor principal que Coop, soucieuse de promouvoir le sport et les activités liées à la santé, soutient l'URG, reconnue comme instance consultative par la Fédération suisse de gymnastique.

www.urg.ch

Il est 20h, la nuit est tombée sur le centre sportif de Hauterive. Un match se joue avec ferveur sur le stade extérieur malgré les 6°C ambiants. A l'intérieur de la salle, six jeunes femmes s'échauffent pour entamer les deux heures d'entraînement qui les attendent. Il faut dire que l'enjeu est de taille: le groupe des actives de la FSG Fémina Hauterive ira défendre son titre romand en juin prochain. Une première place décrochée à la Fête romande de gymnastique en 2018, mais aussi au Championnat cantonal neuchâtelois, une seconde place à la Coupe des Bains d'Yverdon ou encore une 9^e place sur 52 à la Fête