

Acro-Genève

La FSG Acro-Genève, créée en 1993 par les fondateurs de la Gymnastique Acrobatique (GAC) en Suisse, Daniela et César Salvadori, compte actuellement une cinquantaine de membres : des gymnastes, filles et garçons âgés de 4 à 18 ans.

Seule société à pratiquer exclusivement la GAC en Suisse et membre à la fois de la Fédération Suisse de Gymnastique Acrobatique (FSGA) et de la Fédération Suisse de Gymnastique (FSG), elle propose des cours Kids (4-6 ans), Espoir (7-12), Elites (8-18) encadrés par des programmes de découverte et de compétition.



Des catégories d'âge variées permettent aux partenaires d'exploiter au maximum les particularités extraordinaires de cette discipline telles que la confiance, la complicité, l'harmonie entre partenaires, la technique individuelle, la complexité des pyramides et l'explosivité des lancers.

Les cadres d'Acro-Genève (membres du comité, moniteurs et juges) sont tous des bénévoles, certifiés pour la plupart de brevets J+S, de la FSGA, de la FSG ou de la Fédération Internationale de Gymnastique.

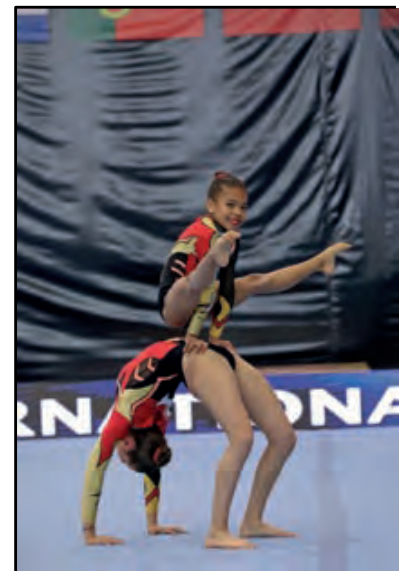
La GAC, forme la plus ancienne de gymnastique connue, est une discipline unique dans la famille gymnique puisqu'elle se pratique exclusivement en équipe, en mixité parfois et sans aucun engin.

Le travail en équipe permet de cultiver la tolérance, le partage, l'amitié, la relativisation des résultats en compétition, les succès comme les échecs et, au-delà de la tension nécessaire, on retrouve vite la fraternité entre les formations même concurrentes.

Les différentes formations de compétition sont le duo féminin, masculin ou mixte et les groupes avec le trio féminin et le quatuor masculin.

Une préparation physique intense (gainage, force, souplesse, équilibre, agilité, coordination et vitesse) permettra de développer la confiance en soi, le courage et la détermination.

Les exercices de compétition durent environ 2 minutes, se déroulent en musique sur un praticable dynamique d'une surface de 12m par 12m. Il est noté par des juges appréciant le niveau de difficultés des éléments individuels, des pyramides et des lancers, la manière dont la formation exécute tous les éléments et la qualité artistique atteinte (expression, danse, jeux entre partenaires).



Les formations, selon leur catégorie, peuvent présenter :

- un exercice statique dans lequel les partenaires expriment leur stabilité dans des pyramides les plus visuelles,
- un exercice dynamique dans lequel la formation propose des lancers, des rattrapés où l'amplitude, la virtuosité et la vitesse sont stupéfiantes
- un exercice combiné dans lequel sont réunis les particularités du statique et du dynamique.

En compétition ou en démonstration, les émotions qui circulent entre les spectateurs et les gymnastes démontrent que cette discipline est à la fois **SPORT et SPECTACLE !**

Pour tout renseignement : Daniela SALVADORI / 079 500 04 65