



Liste des challenges Gym Valais-Wallis pour la saison 2025-2026

Challenges mensuels

Les challenges mensuels doivent être réalisés et validés durant le mois mentionné. Chaque challenge rapporte 10 points et ne peut pas être comptabilisé plus d'une fois par société.

Décembre	Fêtes Apportez la magie des fêtes en salle de gym en réalisant une activité originale.
Janvier	Poses insolites Montrez une pose ou un exercice surprenant, drôle ou inattendu qui révèle le côté unique de votre pratique.
Février	Gym en famille Réunissez des membres d'une même famille au sein de la société pour montrer que la gymnastique est une passion qui rassemble.
Mars	A l'envers Réalisez une photo ou une pose renversante : tête en bas, équilibre surprenant ou perspective inhabituelle pour créer un effet "wow".
Avril	Clin d'œil à GVW Créez une photo ou une chorégraphie en intégrant les couleurs rouge et blanc dans vos tenues, accessoires ou décor, pour montrer votre esprit de club de manière originale et créative.
Mai	Lieu insolite ou emblématique Pratiquez la gymnastique dans un lieu insolite ou emblématique, repoussant les limites de la créativité et de l'audace.
Juin	Souvenir de compétition / représentation Partagez un moment mémorable, drôle ou impressionnant d'une compétition/représentation qui a eu lieu durant la saison, que ce soit une pose, un geste technique ou une anecdote visuelle.
Juillet-Août	Été Profitez de la pause estivale pour prendre l'air et organiser une activité (chorégraphie, pique-nique, sortie) en extérieur.
Septembre	En action Montrez un mouvement ou une figure en plusieurs étapes, comme une mini-série photo qui capte le geste dans toute sa dynamique.



Challenges bonus

Les challenges bonus peuvent être réalisés pendant toute la saison dès le lendemain de l'assemblée des délégués et jusqu'au 31 octobre de l'année suivante. Chaque défi peut être réalisé à plusieurs reprises.

1	Publier une photo des gymnastes lors d'un concours ou lors d'une fête de gymnastique organisée par Gym Valais-Wallis. Chaque société reçoit 10 points par concours ou par fête.
2	Publier une photo du comité d'organisation d'une manifestation de Gym Valais-Wallis. La société reçoit une seule fois par manifestation : - 40 points pour l'organisation d'une fête cantonale (toutes catégories), - 30 points pour l'organisation d'une fête cantonale (jeunesse, 35+, minis, volley), - 30 points pour l'organisation d'un meeting, de qualifications ou d'un championnat, - 20 points pour l'organisation de l'assemblée des délégués.
3	Publier la photo d'un moniteur avec un nouveau brevet de juge ou J+S. La photo doit être publiée dans le mois suivant l'obtention du nouveau brevet. La publication doit mentionner le cours suivi et le titre obtenu. La société reçoit 10 points par moniteur.
4	Publier un selfie des moniteurs de la société participant à une formation donnée par Gym Valais-Wallis. La photo doit être réalisée selon les indications des responsables du cours pour être validée. Chaque société reçoit 5 points par moniteur de sa société suivant la formation.
5	Publier une photo d'un événement organisé avec une autre société de gymnastique. La publication doit mentionner la date de l'événement et la ou les sociétés partenaires. La société reçoit 10 points par événement.

Le règlement du Challenge de Gym Valais-Wallis du 17 novembre 2022 s'applique.

Adopté le 10 novembre 2025 par le Comité cantonal.