

Juin
2015

Président : Jean-Pierre Triquigneaux

Siège : Stade de la Terre des Lièvres
109, Chemin de Crépieux
69300 CALUIRE ET CUIRE
Tél : 04.78.08.48.42
E-Mail : tennisclub-as.caluire@orange.fr

LE MOT DU PRÉSIDENT

En juin dernier nous avons quelques inquiétudes sur l'effectif de l'école de tennis de la saison à venir du fait de la mise en place des nouveaux rythmes scolaires. Heureusement grâce à la création de nouveaux créneaux horaires en fin d'après-midi la semaine nous avons pu conserver voire légèrement augmenter l'effectif qui passe de 381 en 2014 à 389 cette année.

Côté adultes nous constatons à fin Mai une baisse des effectifs, de 262 à 237 (-9,5%), qui confirme la tendance de ces deux dernières années. Bien conscients de cette situation, en partie liée au manque de terrains, nous étudions la possibilité de proposer à nos adhérents une offre plus importante de cours collectifs tout en conservant la même disponibilité des terrains pour le tennis loisir.

Cette situation devrait s'améliorer car nous avons eu une réponse favorable à notre demande d'au moins deux terrains supplémentaires qui seraient construits sur le site de la Terre des Lièvres. Nous n'avons toutefois pas encore de date précise car elle dépendra des disponibilités budgétaires de la Ville de Caluire et Cuire dans un contexte de contraintes financières très lourdes qui pèsent sur les collectivités locales.

Comme une bonne nouvelle n'arrive jamais seule, la peinture du terrain couvert n°1 devrait être refaite cet été au mois d'août car elle a plus de 25 ans !

Voilà de quoi motiver toute l'équipe de bénévoles et d'enseignants qui ont en charge la gestion du club.

Bonne lecture et bon été à toutes et à tous !

SOMMAIRE

- Mot du président
- Le terrain de mini-tennis reprend des couleurs
- Réforme des moins de 12 ans
- Manifestations de l'école de tennis en Juin
- Le Club Junior
- Les équipes engagées en compétition
- Article technique sur le coup droit
- Le mini tennis
- Sortie ski
- Tournoi interne 2015
- Inscriptions saison 2015/16

LE TERRAIN DE MINI-TENNIS REPREND DES COULEURS

Après la création de nouvelles baies vitrées sur le terrain n°5, le remplacement des anciennes baies du terrain couvert n°4 et l'installation de leurs grillages de protection, c'est au tour du terrain de mini-tennis de faire peau neuve.

En passant devant le club-house comment ne pas voir ces belles couleurs vives qui attirent l'œil ! C'est le résultat de la réfection récente en Mai par une entreprise spécialisée mandatée par la Mairie: nettoyage au jet haute pression, reprise des défauts de surface (joints, fissures,...) et création de plusieurs zones de jeu de différentes couleurs délimitées par des lignes blanches.

Nous attendions ces travaux depuis près de deux ans mais jusqu'à présent aucune entreprise n'avait daigné répondre à la consultation lancée par la Mairie.

Cette réalisation va permettre de disposer des différents formats possibles de terrain nécessaires à l'application de la réforme initiée par la Fédération Française de Tennis pour les enfants de moins de 12 ans (voir article «Réforme moins de 12 ans»).

Avec les deux poteaux de filet plus hauts que ceux traditionnels, on peut créer de nouvelles animations sportives et éducatives dans le cadre du tennis et de l'entraînement physique associé.

De plus des bancs fixés au sol vont être installés à la place de la haie d'arbuste qui masquait la vue sur le terrain..

Une belle réalisation grâce à l'aide indéfectible de la Mairie.

REFORME DES MOINS DE 12 ANS

LA NOUVELLE ÉCOLE DE TENNIS : La "Galaxie tennis" !

L'enfant retrouvera dans son club de tennis et sur les différents supports médiatiques un univers adapté lui permettant à la fois d'entretenir ses rêves et de s'identifier à des jeunes champions.

Les objectifs

Jouer, s'amuser. Nous souhaitons avant tout donner à l'enfant que vous avez inscrit à l'école de tennis le plaisir de jouer, de taper dans une balle de tennis, de manier une raquette, de faire des échanges avec un copain ou une copine.

Apprendre à faire un match

Le tennis est un jeu, un sport d'opposition. Nous souhaitons donc apprendre rapidement à l'enfant à jouer un match, en simple et en double. Savoir compter les points, développer des compétences lui permettant de jouer des coups droits, des revers, des services, des volées, des smashes, savoir quand et comment monter au filet, lifter, slicer, se placer et intercepter en double augmentera sa motivation et lui donnera l'envie de continuer à progresser et de découvrir chaque jour une nouvelle facette de l'apprentissage du tennis.

C'est parce qu'il saura faire un match en autonomie qu'il pourra continuer à progresser et donc prendre du plaisir à sa pratique.

L'adaptation des terrains de jeu

Pour faciliter l'apprentissage et une pratique autonome, nous proposons aujourd'hui 5 conditions de jeu progressives avant de pouvoir évoluer sur le terrain traditionnel, celui des champions.

- Terrain blanc de 8 m de long sans filet avec ballon blanc de 26 cm de diamètre
- Terrain violet de 11 m avec filet à 0,50 m et balle violette de 15 cm de diamètre
- Terrain rouge de 12,80 m avec filet à 0,80 m et balle rouge de 7,5 cm
- Terrain orange de 18 m avec filet à 0,80 m et balle orange
- Terrain vert traditionnel avec balle verte

Cette progressivité, concernant les terrains mais aussi les balles et les raquettes, rendra l'apprentissage plus facile, donc plus rapide pour l'ensemble des enfants, quel que soit leur âge.

L'ACCÈS À LA COMPÉTITION

Les bienfaits de la compétition

Il n'est plus à prouver que faire du sport améliore la santé physique et la santé psychique des pratiquants. Faire de la compétition développera également des qualités psychologiques qui se répercuteront sur la vie professionnelle et sociale des jeunes une fois adultes. Rigueur, concentration, contrôle de soi, humilité, confiance sont des qualités qui se développent par la compétition... si celle-ci est adaptée à l'âge des compétiteurs, dans sa forme et dans son volume.

Un apprentissage très progressif

Une compétition adaptée aux jeunes est une compétition « progressive » respectant plusieurs étapes :

- Une initiation au match au sein de l'école de tennis.
- Des compétitions pédagogiques par niveau de jeu, sans officialisation des résultats. Ce sont des compétitions de proximité.
- Des compétitions homologuées par âge et par niveau à partir de 8 ans et du niveau orange.

ECOLE de TENNIS : Informations et Programme de fin d'année

Tournoi de l'école de tennis : les séances de l'école de tennis du mois de juin seront consacrées non seulement aux traditionnels matchs du tournoi annuel de l'école de tennis, mais également à des séances classiques et ludiques pour les élèves qui seraient moins motivé(e)s par la compétition.

Le tournoi de l'école de tennis, outre une initiation à la compétition, permettra aux participants d'avoir une plus grande variété d'adversaires (tout en restant dans leur catégorie et leur niveau de jeu).

Pendant le mois de juin, les élèves viendront à l'heure habituelle de l'école de tennis, seront regroupé(e)s par poules dans leur catégorie et leur format de jeu, et effectueront dans tous les cas un certain nombre de matchs pendant 1 heure (un match perdu n'est pas éliminatoire, un match gagné rapporte un certain nombre de points).

Au terme de la semaine du 16 au 20 Juin, seul(e)s les élèves ayant totalisé le plus grand nombre de points, viendront disputer le **MERCREDI 24 JUIN**, à la Terre des Lièvres, les demi-finales et finales

(les élèves seront convoqué(e)s par mail à une heure précisée ultérieurement). Il n'y aura pas de cours de tennis pour les autres ce jour- là.

Comme l'année dernière, les finales ne seront pas suivies, d'un «goûter-remise des prix» le jour même, mais celui-ci se fera à l'occasion de la fête du tennis le 1er juillet, à laquelle tou(te)s les élèves de l'école de tennis seront convié(e)s.

Fête de l'école de tennis : L'école de tennis s'achèvera par la fête du tennis le **MERCREDI 1^{er} JUILLET**.

Tou(te)s les élèves sont convié(e)s à 15h, avec une remise des prix à 17h 30. A cette occasion, de nombreuses animations tournant autour du tennis seront organisées, avec la présence de notre partenaire BABOLAT et un stand de crêpes tenu par un professionnel permettra aux jeunes comme aux moins jeunes de se régaler.

CLUB JUNIOR

Le club junior proposé aux enfants de l'école de tennis une demi-heure avant ou après l'heure de tennis est mis en place afin de leur permettre d'acquérir ou développer les qualités requises au tennis comme la vitesse de réaction, de démarrage, la coordination bras/jambes, la précision des appuis, le renforcement musculaire des jambes.....

Ainsi au travers de parcours de motricité, de jeux et de sports collectifs les enfants gagnent du temps dans leur progression tennistique : ces activités sont en effet un complément efficace de l'apprentissage du tennis.

LES EQUIPES DU CLUB

Encore une grosse activité cette année pour les rencontres par équipes !

Les championnats vétérans départementaux et régionaux se sont déroulés aux mois d'octobre et novembre (à l'exception de l'équipe messieurs 60 ans qui joue au printemps). 5 équipes étaient engagées :

- 2 équipes en +35 ans (Homme et Dame)
- 1 équipe dame +45 ans
- 1 équipe Homme +55 ans
- 1 équipe Homme +65



Les championnats Seniors avec 5 équipes (trois équipes hommes et deux femmes) ont quant à eux débuté le 6 avril pour les trois équipes engagées en départemental se sont terminées le 7 juin pour l'équipe femme qui évolue en Pré-National, et l'équipe homme qui joue en Régional.

L'équipe femme termine deuxième de sa poule et reste en Pré-National. L'équipe homme termine aussi deuxième de sa poule et devrait théoriquement monter en Pré-National la saison prochaine (en attente de la décision de la Ligue du Lyonnais)

Comme vous le constatez, de nombreuses compétitions ont lieu sur nos terrains et la commission sportive est vigilante pour respecter l'équilibre entre tennis loisir et tennis compétition.

UN PEU DE TECHNIQUE : Le coup droit

Si la technique du coup droit peut varier selon le style du joueur et la situation de jeu, on ne peut ignorer certains principes de base pour développer un bon coup droit.

Voyons donc ces règles qui s'appliquent dans les trois phases de l'exécution du coup droit, soit pendant la préparation, la frappe et l'accompagnement.

1. LA PRÉPARATION

Le secret d'une bonne préparation repose sur deux éléments: une réaction et une préparation rapide

Réaction rapide: Dès la frappe de la balle effectuée par l'adversaire, on se doit de réagir rapidement pour se préparer. Selon son niveau de jeu, on réagira différemment. Ainsi, le joueur débutant pensera d'abord à sa raquette et la placera tout de suite en arrière pour éviter de précipiter son coup. Ensuite, il bougera pour bien se placer. Le joueur avancé pensera à son déplacement. Puisque le jeu est plus rapide, le joueur doit penser avant tout à se placer derrière la balle. La préparation de raquette se fera lors du déplacement vers la balle.

2. LA FRAPPE

Lorsque le joueur amorce la frappe, La raquette est amenée vers la balle : on présente le talon (bout du manche) de la raquette le plus longtemps possible vers la balle. Ceci permet de sentir sa main ouverte et de frapper en avant de soi pour plus de puissance et de contrôle.

Le corps, pendant ce temps, a commencé sa rotation. les hanches et les épaules qui étaient perpendiculaires au filet, lors de la préparation, sont maintenant face au filet, avant l'impact de la balle.

3. L'ACCOMPAGNEMENT

Les fins de geste démontrent l'importance de la rotation du corps à la frappe.

L'épaule droite est complètement en avant et la raquette pointe vers l'arrière. Si le coup est frappé avec beaucoup de puissance, la vitesse de rotation entraînera la jambe arrière en avant du corps. Et rappelez-vous : la détente musculaire est importante en tout temps car c'est la coordination d'ensemble de la rotation du corps qui donne de la vitesse à la balle.

MINI-TENNIS



Cette année encore, nos « mini tennis » ont été à la fête !! En effet, une quarantaine d'enfants âgés de 3 à 5 ans ont été rassemblés le samedi 11 avril, à l'occasion de cette animation.



Ils ont participé dans un premier temps à différents ateliers tennistiques, puis l'après-midi s'est conclue par une « chasse aux œufs » géante. Tous les enfants ont cherché avec un grand enthousiasme tous les œufs bien cachés.



Ce fût une belle fête très réussie.

Merci à tous les participants, ainsi qu'à tous les organisateurs.

TOURNOI INTERNE 2015

La compétition a débuté le 20 mars dernier.

Nouveauté : cette année, le tournoi interne s'achèvera fin juin ou début juillet (en fonction de l'avancée des tableaux). Pour rappel, il s'achevait jusqu'alors à la fin du mois de septembre.

La date des finales sera communiquée par mail aux participants et sera affichée sur le site Internet du club pour les adhérents. Un apéritif convivial clôturera l'édition 2015.

La remise des prix, quant à elle, se fera en fin d'année lors de la réunion annuelle du Tennis Club.

Cette année, le tournoi compte 16 inscriptions chez les Dames, 22 chez les Messieurs +45 ans et 54 chez les messieurs. Soit au total 92 participants (3 de plus que l'an passé).

Vous pouvez suivre l'avancée du tournoi interne sur les tableaux affichés au Club House.

Nous vous attendons nombreux pour les finales !

Info : retrouvez également le bilan du Tournoi Open 2015 sur le site Internet du Club

Retrouvez toutes les informations sur le site internet du club :

<http://www.tennisclubascaluire.fr/competitions/tournoi-interne/>

ou

<http://www.tennisclubascaluire.fr/actualites-revue-de-presse-archives/r%C3%A9sultats-tournoi-interne/>

SORTIE EXTRA-TENNISTIQUE

Sortie de ski à l'Alpe d'Huez, le 22 mars 2015

La sortie de ski à l'Alpe d'Huez a cette année encore rencontré un franc succès !



45 personnes (dont 5 du Rhône Sportif) se sont en effet levées de bonne heure pour aller dévaler les pistes enneigées ! Les belles chutes et les fou-rires ont ponctué la journée, le soleil et la convivialité ont été au rendez-vous.

Merci à tous les participants d'avoir contribué à la réussite de cette sortie.

Et vivement l'année prochaine !

COTISATIONS ET REINSCRIPTIONS 2016

La saison 2015-2016 commence le 1er octobre pour la FFT. Le logiciel ADOC permettant de réserver les courts est donc remis à jour le 30 septembre. Seuls les adhérents à jour de leur cotisation 2015-2016 pourront donc réserver directement par internet.

Merci de vous inscrire si possible au cours du mois de septembre, sachant que les chèques de cotisation, dont l'enregistrement représente un très gros travail, ne sont pas encaissés avant mi-octobre. Des conditions particulières de paiement peuvent bien sûr être accordées sur demande.

TARIFS 2016

Anciens adhérents

- | | |
|---|-------|
| - Adultes nés avant le 1er janvier 1998 | 268 € |
| - Jeunes nés entre le 1.01.1998 et le 31.12.2001 (sans école) | 213 € |
| - Ecole ADOS nés entre le 1.01.98 et le 31.12.2001 (cotisation + école) | 289 € |

Ecole de tennis

- | | |
|--|-------|
| - Jeunes nés entre le 1.01.2002 et le 31.12.2009 | 198 € |
|--|-------|

(Pour l'Ecole de tennis et Ados le prix des balles, inchangé soit 7 €, est inclus dans la cotisation)

Mini Tennis

- | | |
|---|-------|
| - Enfants nés entre le 1.01.2010 et le 31.12.2011 (voir 2012) | 173 € |
|---|-------|

Nouveaux adhérents

Il est perçu un droit d'entrée pour les adultes de 55 € pour le premier adhérent, de 33 € pour le suivant. Aucun droit d'entrée ne sera demandé pour l'école de tennis ni aux étudiants sur présentation de leur carte.

Réductions

- Famille nombreuse: les familles comptant 3 adhérents au club bénéficient d'une réduction de 10% sur la cotisation (hors licence). Cette réduction ne s'applique pas au droit d'entrée.
- Tarif couple: réduction de 10% (hors licence) soit 487 €

Ticket Invités

En vente au secrétariat au prix de 63 € les 10 tickets, 39 € les 5 tickets et 9 € à l'unité

REINSCRIPTIONS A L'ECOLE DE TENNIS

Elles auront lieu le mercredi 2 septembre pour les anciens à partir de 14h.

Pour les nouveaux ce sera le mercredi 9 septembre après-midi avec les horaires suivants en fonction de la première lettre du nom de famille:

- 14 h: A à C
- 15 h: D à G
- 16 h: H à P
- 17 h: Q à Z

Les cours reprendront le mercredi 23 septembre

INFORMATIONS DIVERSES

VOTRE PARTENAIRE



34, rue Cuvier - 69006 LYON
04.00.00.00.00
www.lyontennis.fr
facebook.com/lyontennis

Notre partenaire « **Lyon Tennis** » est à votre disposition pour tout équipement tennistique. N'hésitez pas à lui rappeler que vous faites partie du Tennis Club de l'AS Caluire pour bénéficier de la remise adhérent.

Nous rappelons aux membres du club que nous avons un site Internet

www.tennisclubascaluire.fr

Réservation des terrains en ligne

<https://adoc.app.fft.fr/adoc/>