

ANIMATIONS

SANTA PARTY

Une nouvelle formule qui a réuni une centaine de joueurs

ÉVÉNEMENTS

SOIRÉE CLUB

Vendredi 13 mars : une date à bloquer dans vos agendas

LA GAZETTE

BY



TENNIS CLUB
CARQUEFOU
#onestcarquef



COMPÉTITIONS

CHAMPIONNATS
PAR ÉQUIPES

L'équipe 2 hommes évoluant en régionale 1 a validé son ticket pour la division pré-nationale pour la saison 2026-2027.

SOMMAIRE

COMPÉTITIONS

Montée en pré-nationale pour l'équipe 2 hommes.....	page 1
Résultats mitigés pour les séniors +35	page 2
Clap de fin pour le championnat par équipes jeunes	page 3
Début contrasté et prometteur.....	page 4
Joueuse à l'honneur : Myla Noblanc Ebe.....	page 5



ANIMATIONS

Santa Party : Une animation festive pour les jeunes.....	page 5
Tournois Jeunes de Noël : un carquefolien titré	page 6



ÉVÉNEMENTS & VIE DE CLUB

Ventes privées du 27 novembre : une soirée réussie.....	page 7
Une soirée club à ne pas manquer.....	page 8
Préparation physique : une réussite croissante.....	page 9
Des arbitres en formation sur la chaise.....	page 9



PARTENAIRES

À l'honneur.....	page 10
------------------	---------

MATÉRIEL

Tout comprendre sur le cordage.....	page 12
-------------------------------------	---------

CALENDRIER

à venir.....	page 13
--------------	---------

JEUX

Questions d'arbitre & mots fléchés.....	page 14
---	---------

Montée en pré-nationale pour l'équipe 2 hommes

Il y avait de l'enjeu, du suspense... et au bout, une belle récompense. À l'issue d'une campagne solide et pleine de rebondissements, l'équipe 2 hommes a validé son accession en pré-nationale, concluant de la meilleure des manières une saison riche en émotions pour les formations séniors du club.

Équipe 2 Hommes (R1) : Tout s'est joué à la dernière journée

Engagée en Régionale 1, la formation composée de Sacha Liopé (2/6), Arthur Sarlet (3/6), Pierre Cadoret (5/6) et Mathieu Pater (5/6) avait pourtant lancé sa saison tambour battant. Deux premières journées parfaitement maîtrisées, conclues par des victoires nettes 5/0, semblaient tracer la voie royale vers la montée.

Mais la troisième journée a redistribué les cartes. En déplacement au St Herblain TC 2, les joueurs ont chuté 3/2, relançant totalement la course à la première place. Dès lors, il fallait enchaîner les performances tout en espérant un faux-pas du leader.

Mission accomplie. Sérieux et appliqués lors des dernières rencontres, les hommes ont entretenu le suspense jusqu'à la dernière journée. Le dénouement s'est finalement joué sur un double scénario favorable : une victoire convaincante 4/1 face à JS Coullaines 1 combinée à la défaite du SHTC. Résultat : une montée validée sur le fil et une saison récompensée à sa juste valeur.

Équipe 2 Femmes (R1) : Elles assurent l'essentiel

Du côté féminin, Félicie Fournier, capitaine, et ses coéquipières ont rempli leur objectif en Régionale 1. Avec 4 victoires en 7 rencontres, elles sécurisent leur maintien et confirment leur

place à ce niveau. Une saison sérieuse qui laisse entrevoir de belles ambitions pour la suite. Elles seront d'ailleurs plusieurs à représenter le club en championnat de France (N3) à partir de fin avril.

Équipe 3 Hommes (R3) : Solide et sereine

Engagée en Régionale 3, l'équipe 3 masculine a réalisé un exercice maîtrisé. Avec 5 victoires pour 2 défaites, elle décroche une honorable 3^e place sur 8, synonyme de maintien assuré sans trembler. Une saison régulière qui confirme la compétitivité du groupe.

Équipe 4 Hommes (R3) : Saison compliquée

La marche s'est révélée plus haute pour l'équipe 4 hommes, elle aussi en R3. Confrontée à des formations solides, l'équipe emmenée par Benoît Lamourec n'est malheureusement pas parvenue à décrocher le moindre succès. Le bilan reste toutefois plus serré qu'il n'y paraît, avec 4 rencontres perdues sur le score étiéqué de 3/2, preuve d'un groupe combatif qui n'a jamais lâché malgré l'adversité.



De gauche à droite : Perla Barteau, Aurore Guidoux, Fanny Auzeral et Félicie Fournier (Equipe 2 Femmes)

Résultats mitigés pour les séniors +35

EQ1 +35 ans Femmes (R1) : Saison difficile

Le classement est sans appel, mais il ne raconte pas toute l'histoire. Engagée dans un championnat régional +35 Dames particulièrement relevé, l'équipe a bouclé sa saison sans parvenir à décrocher la moindre victoire, face à des adversaires d'un niveau supérieur, souvent plus armées et plus expérimentées.

Alignées tout au long de la compétition, Jocelyne Poirier (15/5), Régine Tournon (30/1), Claudine Thomas (30/1), Isabelle Plassart-Legac (30/1) et Geneviève Guillard (30/1) n'ont pourtant jamais baissé les bras. Semaine après semaine, les joueuses ont affronté des formations solides, parfois intouchables, mais toujours avec sérieux et envie. Si les résultats n'ont pas souri à cette équipe courageuse, la motivation est restée intacte du premier au dernier match. L'esprit d'équipe, la convivialité et le plaisir de jouer ensemble ont largement compensé la dureté des scores. Une saison difficile sur le plan sportif, mais riche humainement, où chaque rencontre a été l'occasion d'apprendre, de progresser et de partager.

Dans cette poule dominée de la tête et des épaules par l'AS Ponts-de-Cé, invaincue et promue en Régionale 1, la hiérarchie a été respectée.

EQ2 +35 ans Femmes (R2) : Tout reste à jouer

Engagée en Régionale 2 dans un championnat à 6 équipes disputé en matchs aller-retour, l'équipe 2 Dames +35 poursuit sa saison avec détermination. Après sept rencontres, Lydia Le Stanguennec (30/1), Céline Bertrand (30/1),

Céline Lepoivre (30/1), Christine Willemse (30/1) et Anne Bregeon (30/3) occupent la 4e place provisoire. À 3 journées de la fin, les joueuses s'apprêtent à affronter trois équipes engagées dans la lutte pour le maintien. Un sprint final décisif où chaque match pèsera lourd. Le classement est serré, l'enjeu clair : finir la saison du bon côté.

EQ1 +35 ans Hommes (R2) : une belle campagne

Ils y ont cru jusqu'au bout. Longtemps en tête de leur poule, les hommes du championnat régional +35 ont vu le rêve d'accession s'envoler lors de la dernière ligne droite. En Régionale 2, l'équipe masculine conclut néanmoins une saison solide, marquée par constance, engagement et esprit collectif.

Avec 4 victoires pour 2 défaites, le bilan est flatteur. Portée par Laurent Le Quellenec (15/2), Bastien Delorme (15/3), Stéphane Laurans (15/4) et Simon Pommier (15/4), la formation a longtemps occupé le fauteuil de leader, installée en tête de sa poule jusqu'à l'aube de la 6e journée. Sérieuse, appliquée, parfois spectaculaire, elle a su imposer son rythme au fil des rencontres.

Mais le sprint final n'a pas été en leur faveur. Lors de la 7e et dernière journée, l'équipe s'est inclinée face à l'US Saint-Berthevin, dans un duel qui pouvait être décisif pour l'accession.

Une défaite qui fait reculer les locaux à la 3e place finale, pendant que Saint-Berthevin validait son billet pour la division supérieure.



EQ1 +35 Hommes

Clap de fin pour le championnat par équipes jeunes

EQ1 8/10 ans Vert (PR) : Podium en vue

À une journée de la fin du championnat, l'équipe occupe la 2e place provisoire. Sérieux et appliqués tout au long de la saison, une victoire début mars leur assurerait de conserver cette 2e place finale.

EQ2 8/10 ans Vert (D1) : Un départ canon, une fin plus rude

La saison avait pourtant bien commencé avec une victoire dès le mois de novembre. Mais face à une concurrence relevée, les rencontres suivantes se sont avérées plus compliquées. Malgré l'envie et l'apprentissage, les jeunes terminent finalement 5es sur 6, une saison formatrice avant tout.

EQ1 11/12 ans G (D2) : Efficacité au rendez-vous

Appliquée et performante, ils ont su répondre présent. Avec 5 victoires en 7 rencontres, ils décrochent une belle 3e place, récompensant une saison maîtrisée.

EQ2 11/12 ans G (D3) : Une belle remontée

Après un début compliqué marqué par 3 défaites, ils ont su inverser la dynamique. 3 succès sur 7 rencontres leur permettent finalement de terminer 4es sur 8, illustrant un bel esprit de réaction.

EQ1 11/14 ans F (D3) : La saison référence

Elles ont survolé leur championnat. Avec 5 victoires pour une seule défaite, l'équipe a fait preuve d'une remarquable régularité. Résultat : une 1re place finale, largement méritée, et une saison maîtrisée de bout en bout.

EQ1 13/14 ans G (D1) : une saison équilibrée

Dans un championnat dense à 8 équipes, ils ont

livré une saison solide. Avec 3 victoires pour 4 défaites, les jeunes concluent à une honorable 5e place.

EQ2 13/14 ans G (D4) : Régularité récompensée

Malgré 2 défaites serrées (2/1) lors des J1 et J3, ils ont signé une très belle saison. Solides sur la durée, les jeunes concluent avec 5 victoires et une 3e place sur 8.

EQ1 15/18 ans F (D3) : Un bilan positif

Sérieuses et combatives, elles bouclent leur championnat en milieu de tableau. Avec un ratio positif (4 victoires, 3 défaites), elles confirment leur solidité dans une poule homogène.

EQ1 15/16 ans G (D1) : Un début prometteur, une fin plus compliquée

La saison avait démarré sous les meilleurs auspices avec une victoire inaugurale. Mais les 3 rencontres suivantes ont tourné en leur défaveur. Avec un succès et 3 défaites, ils terminent 4es sur 5, non sans regrets.

EQ2 15/16 ans G (D2) : Du répondant jusqu'au bout

Solide et régulière, l'équipe 2 des 15/16 ans Garçons a alterné le bon et le moins bon, pour un bilan parfaitement équilibré (3 victoires, 3 défaites). Une constance qui leur permet de décrocher la 3e place sur 4.

EQ1 17/18 ans G (D1) : Un parcours accrocheur

Engagée dans une poule dense, l'équipe 1 des 17/18 ans Garçons a livré une saison sérieuse. Avec 3 victoires pour 4 défaites, les jeunes terminent 5es sur 8.

Début contrasté et prometteur

Lancé en janvier, le championnat par équipes seniors départemental commence à dessiner ses premières tendances. Après 3 journées, certaines formations ont déjà trouvé leur rythme, entre séries positives, réactions d'orgueil et ambitions affirmées.

EQ3 Dames (PR) : Un départ canon

Difficile de rêver mieux pour cette équipe, toujours invaincue depuis le coup d'envoi. Accrochées d'entrée par Zola TC 1 (2/2), les joueuses ont ensuite enchaîné 2 succès convaincants face au TCN puis à l'US Bouguenais. Un début de saison solide qui leur permet d'occuper la 1^{re} place de leur poule, portées par confiance et régularité.

EQ5 Hommes (PR) : Un derby pour se relancer

Le démarrage avait pourtant été compliqué, avec 2 revers successifs, d'abord à Chantenay 1, puis à domicile contre Orvault CTC 2. Mais l'équipe 5 a su réagir au bon moment. Lors de la 3^e journée, les joueurs ont arraché une victoire 3/2 dans le derby face au TE Chapelain 5, un succès précieux qui les installe désormais en milieu de tableau et relance la dynamique.

EQ6 Hommes (D1) : Solide à domicile




Avec deux victoires à la maison et une seule défaite, concédée lors de la J2 face au TC Nantes, les joueurs réalisent un début de championnat sérieux. Après 3 journées, ils pointent à une encourageante 3^e place sur 6, confirmant leur solidité.

EQ7 Hommes (D2) : Un début frustrant



Le sort n'a pas tourné en leur faveur lors des 2 premières journées. À domicile, l'équipe a livré 2 rencontres très serrées, finalement perdues sur le score cruel de 3/2. Désormais tournés vers la suite, ils auront à cœur de rebondir lors de la prochaine journée, avec un déplacement au TC Nantes.

CALENDRIER


10 - 11 janvier 2026

-  EQ3 Femmes joue à Zola TC Nantes 1
-  EQ5 Hommes joue à Espoir de Chantenay 1
-  EQ6 Hommes reçoit TC Sucéen 4


17 - 18 janvier 2026

-  EQ6 Hommes joue à TC Nantes 5
-  EQ7 Hommes reçoit TC de Malacquet 1





24 - 25 janvier 2026

-  EQ3 Femmes reçoit TC Nantes 2





31 janvier - 1 février 2026

-  EQ5 Hommes reçoit Orvault CTC 2





7 - 8 février 2026

-  EQ3 Femmes joue à US Bouguenais 1
-  EQ5 Hommes joue à TE Chapelain 5
-  EQ6 Hommes reçoit TC Grandchamp 2
-  EQ7 Hommes reçoit TC Sucéen 5

7 - 8 mars 2026

-  EQ3 Femmes reçoit TC Sucéen 2
-  EQ5 Hommes joue à TC Sucéen 3
-  EQ6 Hommes joue à TE Chapelain 6
-  EQ7 Hommes joue à TC Nantes 7

21 - 22 mars 2026

-  EQ3 Femmes joue à TC Gagnerie 1
-  EQ5 Hommes reçoit TC Treillières 1
-  EQ6 Hommes reçoit Orvault CTC 4
-  EQ7 Hommes reçoit Nort AC 3

28 - 29 mars 2026

-  EQ7 Hommes joue à Blain TC 2

8 ans et la tête dans le grand bain

À seulement 8 ans, Myla Noblanc Ebe trace déjà sa route sur les courts. Droitière classée 30/3, sacrée championne régionale 8/10 ans en mai 2025, la jeune joueuse enchaîne aussi les tournois nationaux avec une couverture de terrain impressionnante. Rencontre avec une passionnée, licenciée au TC Carquefou, qui sait déjà où elle veut aller.

Myla, à quel âge as-tu commencé le tennis ?

J'ai commencé à 4 ans. J'aimais déjà courir et taper dans la balle,



alors j'ai voulu essayer... et je n'ai plus arrêté !

Ton coup préféré ?

Mon coup droit d'attaque. J'aime bien avancer dans le

terrain et essayer de finir le point.

Tu participes régulièrement à des tournois nationaux.

Qu'est-ce que ça t'apporte ?

Je rencontre des joueuses différentes, ça me fait progresser et apprendre à gérer les matchs difficiles.

Quel est ton rêve ?

Devenir une joueuse professionnelle... et remporter l'Open d'Australie !

Une animation festive pour les jeunes

Mercredi 17 décembre, l'animation « Santa Party » a rassemblé près de 100 jeunes pour un après-midi placé sous le signe du jeu, du partage et de la bonne humeur.

Répartis en équipes, les participants ont pu s'affronter amicalement à travers de nombreuses activités variées : jeux de coopération, jeux en bois, quiz, ou encore coloriage sur vitre, permettant à chacun de s'exprimer selon ses envies et ses talents. Ces ateliers ludiques ont favorisé l'entraide,

la créativité et les échanges entre les jeunes, dans une ambiance chaleureuse et festive, fidèle à l'esprit de Noël.



L'après-midi s'est conclue par un goûter convivial, très apprécié après tant d'énergie dépensée. Sourires, rires et enthousiasme étaient au rendez-vous, témoignant du succès de cette animation.

Les enfants sont repartis ravis, des souvenirs plein la tête, confirmant que cette Santa Party fut un beau moment de partage et de convivialité en cette période de fêtes.

Un carquefolien titré

Organisé du 20 au 28 décembre, le tournoi jeunes de Noël a rassemblé une centaine de participants, pour cet événement sportif de fin d'année.

Répartis en 6 catégories, les jeunes joueurs ont pu s'affronter tout au long de la semaine dans un excellent esprit sportif.

Le club peut se féliciter du très beau parcours d'Hugo Rigouby, joueur local, qui s'est illustré en remportant la catégorie 13/14 ans garçons. Il s'est imposé en finale face à Jules Rojas-Brunel, son partenaire d'entraînement.

Ce tournoi jeunes de Noël restera comme un temps fort sportif et convivial, apprécié tant par les joueurs que par les encadrants et les familles venues encourager les jeunes talents.



De gauche à droite : Jules Rojas-Brunel & Hugo Rigouby

PALMARÈS

11/14 ans Filles ①

Vainqueur : D. De Beauvoir

Finaliste : L. Jolly

11/12 ans Garçons ②

Vainqueur : M. Florès

Finaliste : F. Pesquet

13/14 ans Garçons ③

Vainqueur : H. Rigouby

Finaliste : J. Rojas-Brunel

15/18 ans Filles ④

Vainqueur : J. De Beauvoir

Finaliste : L. Didelet

15/16 ans Garçons ⑤

Vainqueur : O. Pozzo Di Borgia

Finaliste : G. Le Floch

17/18 ans Garçons ⑥

Vainqueur : M. Tastet

Finaliste : R. De Beauvoir





Une soirée réussie !

Le jeudi 27 novembre, le club a organisé une soirée de ventes privées qui a rencontré un franc succès. Près d'une centaine de personnes ont répondu présent tout au long de la soirée, dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

L'événement a été marqué par la présence de la marque Wilson, accompagnée de son commercial, ainsi que du magasin partenaire Breakpoint. Les participants ont ainsi eu l'opportunité de tester l'ensemble des gammes de raquettes Wilson, d'échanger avec des professionnels, de bénéficier de conseils personnalisés et de bénéficier de remises attractives ! Plusieurs partenaires du club

étaient également au rendez-vous. La Croquetterie a séduit les visiteurs en proposant de jolis coffrets de Noël pour animaux, idéals pour les fêtes de fin d'année. De son côté, Lunet offrait une remise exceptionnelle de -30 % sur la gamme Oakley, attirant de nombreux amateurs de sport et de style. Enfin, Valority était présent pour faire découvrir et présenter l'ensemble de ses services, suscitant divers échanges.

Cette soirée de ventes privées a permis de renforcer les liens entre le club, ses partenaires et ses adhérents, tout en offrant une expérience originale mêlant sport, shopping et convivialité. Un rendez-vous réussi qui en appelle d'autres.



Une soirée club à ne pas manquer

Le vendredi 13 mars, le Black Shelter de Carquefou accueillera une soirée club exceptionnelle, organisée à l'occasion de la Saint-Patrick, célébrée la semaine suivante. Une belle opportunité de se mettre dans l'ambiance festive et conviviale de cette fête emblématique.

De 18h à 1h, les participants profiteront d'un DJ set entraînant, dans une atmosphère chaleureuse et festive. Cette soirée sera également l'occasion de se retrouver en dehors des courts de tennis, de laisser les raquettes de côté le temps d'une soirée, et de partager un moment différent entre membres du club, amis et proches.

Proposée au tarif de 35 €, la formule comprend les boissons, des planches à partager, des tapas, ainsi que de délicieuses mignardises sucrées, pour une expérience gourmande et conviviale.

Le nombre de places est limité, les inscriptions sont d'ores-et-déjà ouvertes.



Inscription en ligne obligatoire
en flashant ce QR Code

Vendredi 13 mars

À partir de 18h

Black Shelter, Route de Paris à
Carquefou



Une réussite croissante pour ces animations

Les animations de préparation physique continuent de séduire au club.

Les sessions 2 et 3, organisées les mardi 9 décembre et jeudi 5 février, ont rassemblé 23 puis 24 participants, confirmant l'intérêt grandissant pour ces rendez-vous complémentaires à la pratique sur le court.

Au programme de ces ateliers dynamiques : un travail ciblé sur le renforcement musculaire du bas du corps, essentiel pour les appuis et la puissance, puis une séance dédiée à l'amélioration du gainage, pilier de la stabilité



et de la prévention des blessures. Encadrées dans une ambiance studieuse mais conviviale, les sessions ont permis aux joueurs de tous niveaux de progresser tout en partageant un moment collectif.

Face à cet engouement, le club

prépare déjà la suite : la 4e session de la saison est annoncée pour fin mars – début avril. L'occasion de poursuivre le travail physique... et de continuer à bâtir des joueurs plus solides, sur et en dehors des terrains.

Des arbitres en formation sur la chaise

Le club poursuit son engagement pour le développement de l'arbitrage. Après une première étape en e-learning, 6 licenciés du club, accompagnés d'une quinzaine de joueurs venus de toute la Loire-Atlantique, ont participé le mardi 27 janvier à une session de mise en pratique sur la chaise. Une immersion concrète pour passer des règles à la réalité du terrain. Au fil des situations de match, annonces de score, gestion des litiges et placements ont rythmé une

formation aussi exigeante qu'enrichissante. L'objectif : mieux comprendre les subtilités du règlement et renforcer la



culture tennistique des participants, qu'ils soient compétiteurs réguliers ou simples passionnés. Au-delà de l'apprentissage, cette journée a aussi permis de développer confiance et sens des responsabilités. Une expérience formatrice qui trouvera rapidement son prolongement en compétition : à partir du 26 avril, ces nouveaux arbitres pourraient officier sur les matchs par équipes, contribuant activement au bon déroulement des rencontres.

PARTENAIRES

À l'honneur



Ce nouveau Bistro & Bar à vins sera ravi de vous accueillir dans une ambiance très chaleureuse. Maison BB propose une cuisine authentique avec des plats préparés avec des produits locaux. Venez profiter d'une grande terrasse, d'un jardin et d'un boulodrome pour découvrir la grande sélection de vins et de bières locales. Avec une capacité d'accueil de 200 personnes et un accès PMR, cet établissement peut aussi accueillir afterworks et soirées privatives.



02 40 30 11 99



28 Rue de Bel Air
44470 Carquefou



Aramisauto Carquefou dirigé par Pascal Chagnaud et ses collaborateurs seront ravis de vous accueillir dans leur agence.

Ouverts du lundi au vendredi de 10h à 18h 30, et le samedi de 10h à 18h, ils vous proposent achat, reprise et financement automobiles toutes marques.

“ Nous aussi, on a un super service “



02 49 79 01 20



10 Rue Antarès
44470 Carquefou



Spécialiste du traitement de l'humidité, Murprotec accompagne particuliers et professionnels dans la protection de leur habitat. Après un diagnostic personnalisé, l'entreprise propose des solutions efficaces contre l'humidité ascensionnelle, la condensation et les infiltrations. Grâce à son savoir-faire, Murprotec contribue à améliorer durablement le confort et la salubrité des bâtiments.



02 40 92 03 03



1 Rue des Prairies
44840 Les Sorinières



Avec ses 2 boucheries, Sébastien vous propose une viande de qualité élevée dans nos régions ainsi qu'une charcuterie artisanale.

Il vous attend et saura vous conseiller pour régaler vos papilles.



09 86 33 10 14 - 02 55 09 77 37



18 Rue des Halles - Rue des Antilles
44470 Carquefou

MERCI POUR VOTRE SOUTIEN TRÈS PRÉCIEUX

PARTENAIRES

Ils nous soutiennent



Lequel choisir ?

On parle souvent de la raquette, du physique ou de la technique. Pourtant, un élément essentiel reste trop souvent négligé : le cordage. Véritable moteur du jeu, c'est lui qui transmet la puissance, le contrôle et les sensations à chaque frappe. Bien le choisir peut améliorer les performances... et préserver le bras.

Il existe 4 grandes familles de cordages. Le **boyau naturel**, utilisé depuis des décennies, offre un confort et un toucher exceptionnels. Il est cependant coûteux et fragile. Le **multifilament**, composé de centaines de fibres, est apprécié pour son confort et sa polyvalence. Il convient particulièrement aux joueurs débutants et intermédiaires. Le **monofilament** est plus rigide. Il procure contrôle, durabilité et effets, mais demande une bonne technique et un bras entraîné. Le cordage **hybride** combine deux types de cordes (souvent mono et multi) pour équilibrer contrôle et confort. Le niveau de jeu est déterminant. Un débutant gagnera à utiliser un multifilament, plus tolérant et

confortable.

Un joueur intermédiaire peut commencer à tester des monofilaments souples. Les joueurs confirmés et compétiteurs privilégient souvent le monofilament ou l'hybride pour maximiser le contrôle et les effets. Choisir un cordage trop exigeant trop tôt est une erreur fréquente et souvent douloureuse.

D'autres paramètres sont à prendre en compte. Ils sont détaillés ci-dessous.

Le **diamètre** du cordage, appelé jauge, influence la durabilité et les sensations : fin pour plus de toucher, épais pour plus de résistance.

La **tension**, exprimée en kilos, joue aussi un rôle clé : basse pour plus de puissance et de confort, élevée pour plus de contrôle. Là encore, il n'existe pas de réglage universel.

Un cordage ne se change pas uniquement lorsqu'il casse. Avec le temps, il perd ses propriétés, même intact. Il est recommandé de changer son cordage une fois par an.



Découvrez ci-dessous les 4 cordages proposés dans votre club.



Multifilaments - Sensation



Multifilaments - Repel



Monofilament - Revolve



Monofilament - Element

CALENDRIER

À venir

14 - 21
fév.

Stage compétition jeunes

4 - 22
avril

Open Séniors Terre Battue by
Murprotec

23 - 27
fév.

Super-stage jeunes

11 - 19
avril

Tournoi Jeunes de Pâques

23 - 25
fév.

Stage adultes

20 - 24
avril

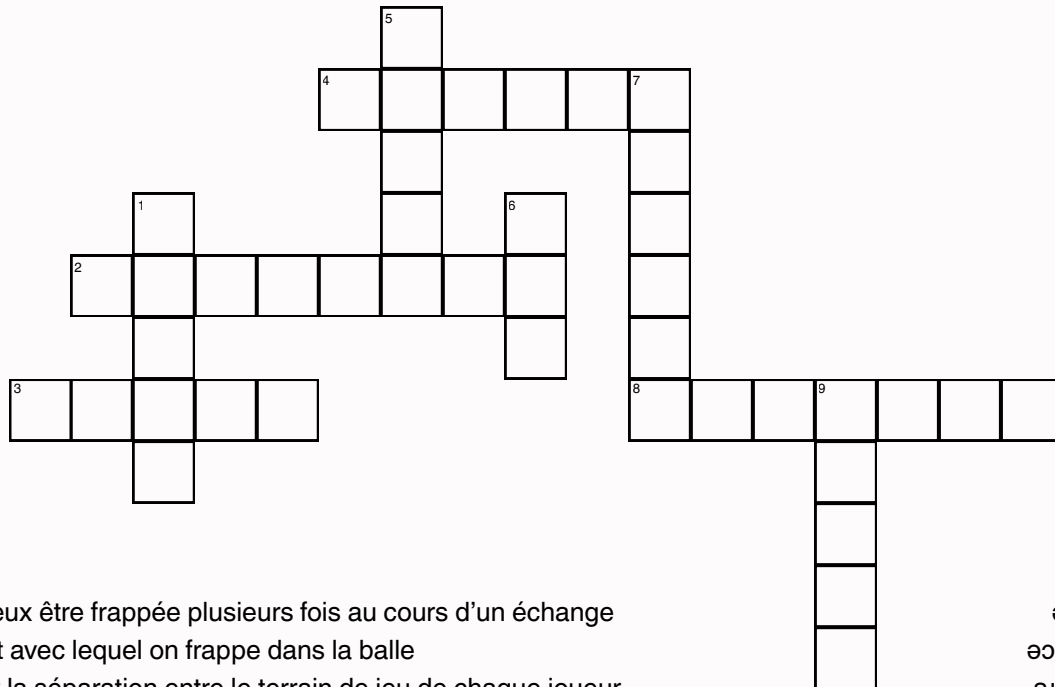
Semaine des TMC 8-10 ans

13
mars

Soirée club au Black Shelter

26
avril

Début du Championnat de France
par équipes



- 1- Je peux être frappée plusieurs fois au cours d'un échange
- 2- Objet avec lequel on frappe dans la balle
- 3- C'est la séparation entre le terrain de jeu de chaque joueur
- 4- Je suis la personne qui joue au tennis
- 5- Il peut être en terre battue, en gazon, en résine...
- 6- En Grand Chelem, il faut en gagner 3 pour remporter un match
- 7- Il peut être fait à une main ou à 2 mains
- 8- Il marque le début d'un échange
- 9- C'est une balle frappée avant le rebond

- 9- Voïée
- 8- Service
- 7- Revers
- 6- Set
- 5- Court
- 4- Joueur
- 3- Filet
- 2- Raquette
- 1- Balle

À toi de jouer !

Q1 : Un doublé involontaire dans la raquette doit-il être considéré comme une faute ?

A - Oui

B- Non

Q2 : Étant blessé, un joueur de double peut-il laisser son partenaire continuer seul la partie ?

A - Oui, à condition que le joueur blessé serve et relance

B- Oui, à condition que le joueur blessé serve

C- Oui sans condition

Q3 : Un joueur frappe une balle avec le manche de sa raquette. Est-ce une faute ?

A - Oui

B- Non

Réponses : Q1 - B / Q2 - A / Q3 - B

