

TOURNOI ET REPAS DE NOËL + STAGE DE TROIS JOURS :



TOURNOI DE NOËL :

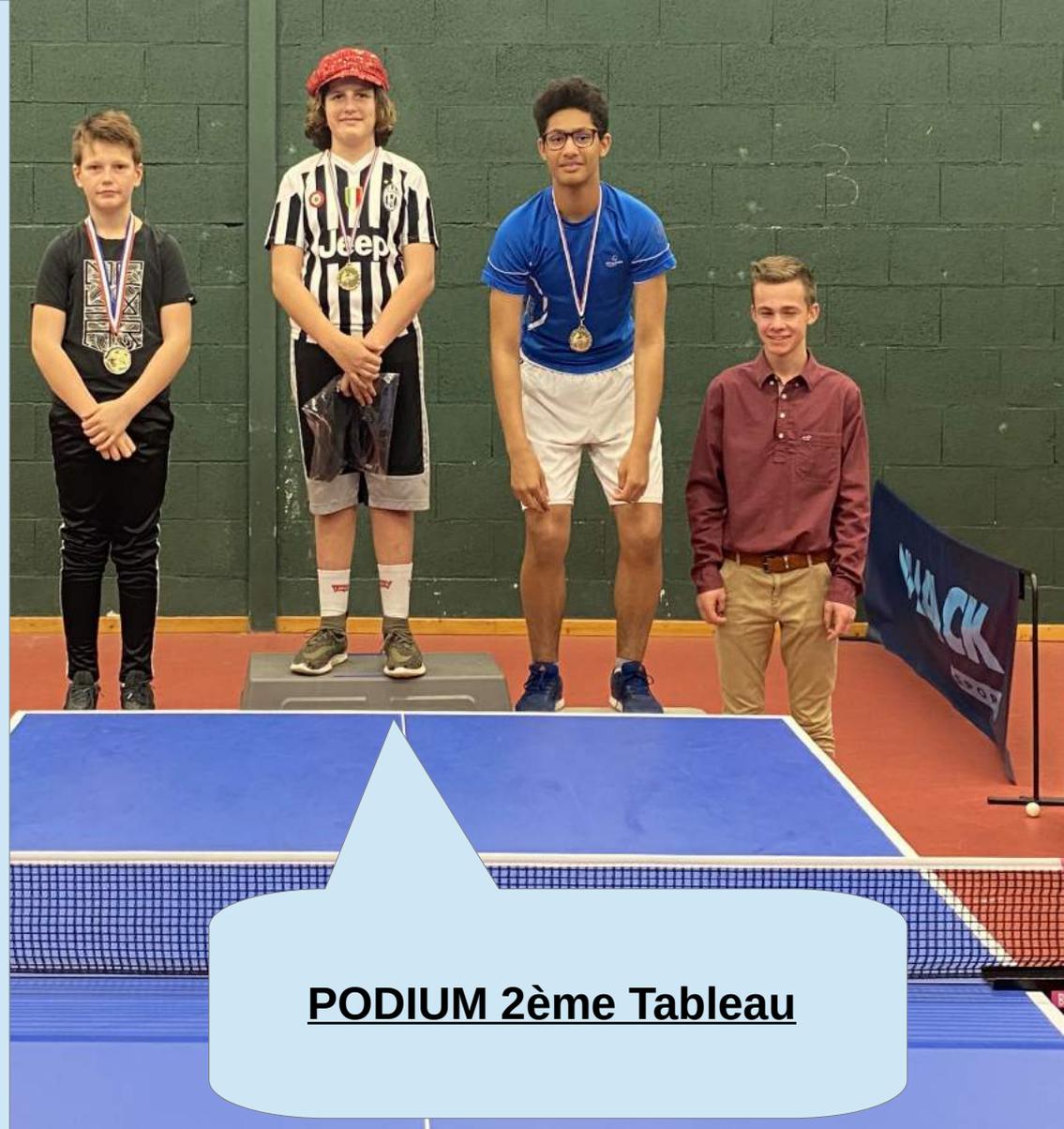
- Vendredi 20 décembre s'est déroulé le tournoi ainsi que le repas de Noël du tennis de table.
- Le tournoi a commencé aux alentours de 18h30, durant lequel nos licenciés se sont affrontés les uns contre les autres avec des cartes bonus ou malus permettant d'équilibrer les niveaux de jeux et par conséquent permettre à chacun d'accéder aux 2 podiums (2 tableaux). Les vainqueurs du premier tableau sont : 1^{er} Ernest, 2^{ème} Alexandre Cordier, 3^{ème} Henri. Pour le deuxième tableau les vainqueurs sont : 1^{er} Lou, 2^{ème} Enzo Deroletz, 3^{ème} Mahon. Félicitations à tous !

LE TOURNOI EN IMAGES :





PODIUM 1^{er} Tableau



PODIUM 2^{ème} Tableau

REPAS DE NOËL :

- Une fois nos licenciés bien épuisés par ce tournoi, place au repas qui se déroulait au club house préparé et décoré avec soin. Le repas a débuté vers 21h avec au menu :
- **Apéro** : composé de cakes salés (excellents!!!!) fait par Catherine Pugliese, de gâteaux apéritifs, et tout ceci accompagnés de boissons (blanc cassis, bières de Noël, Ice Tea, Coca etc).
- **Entrée** : Macédoine de légumes accompagnée d'œufs cuits durs.
- **Plat** : Tartiflette accompagnée de salade verte.
- **Dessert** : Bûches de Noël, papillotes et clémentines, champagne

Une soirée qui s'est finie par un cadeau de Noël offert à chacun de nos licenciés .





imphy





STAGE DU 2 JANVIER AU 4 JANVIER :

Après les fêtes de fin d'année, le tennis de table organisait un stage de remise en forme réparti sur 3 jours :

- Le premier jour a débuté avec au total 4 activités différentes :

- Badminton (1h30)
- Danse (30min)
- Handball (1h)
- Tennis de Table (2h)

Un premier jour dure physiquement qui a permis à nos jeunes de se remettre dans le sport, mais ce n'était rien comparé à ce qui les attendaient le jour suivant.

-Le deuxième jour, deux activités intenses étaient présentes :

Nos jeunes avaient rendez vous à 8h30 devant la salle de tennis de table. L'activité randonnée pouvait commencer. Ils ont marché sans connaître la destination, ni même le nombre de kilomètres qu'ils allaient parcourir. La seule information qui leurs était donnée, était de prévoir un pique-nique pour le midi. Finalement, nos jeunes ont marché pendant 6h45min et ont parcouru une distance incroyable voire exceptionnelle de 31km. Je tiens à citer les personnes présentes lors de cette randonnée car ils ont relevé un challenge remarquable pour la plupart qui avaient l'âge de 11 ans mais aussi pour les moins jeunes : (Ernest, Lou, Enzo D, Malhon, Théo, Rachid) . Une fois rentré de cette randonnée forte en émotion (rire), la journée n'était pas encore terminée puisque nous avons enchaîné avec du tennis de table ou nos licenciés ont travaillé aux paniers de balles (service, enchaînement coup droit et revers, poussette etc). Puis nous avons fini par du renforcement musculaire avec du gainage, des abdos, la chaise et du step. Pour clôturer cette journée terminée vers 20h, un film intitulé « La vie scolaire » leurs a été diffusé. Ce film avait pour objectif de sensibiliser nos jeunes autour de l'éducation scolaire et les amener à prendre conscience que les professeurs et l'équipe pédagogique scolaire sont là pour soutenir, aider et pousser les jeunes au meilleur d'eux mêmes et non à les embêter. Avec ce film le repas était de mise avec pizzas, gâteaux apéritifs, pop corn, bonbons, marbré, boissons.

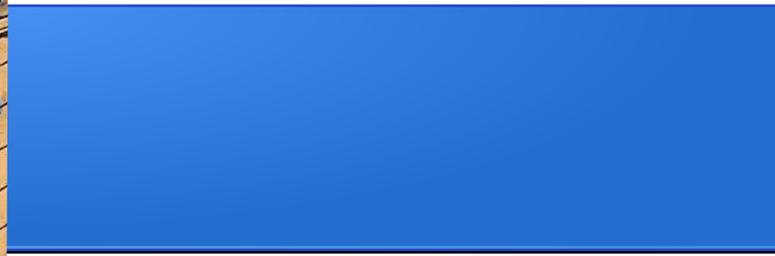
-Le troisième jour, deux activités étaient présentes :

- Foot
- Renforcement musculaire
- Tennis de Table

Une troisième journée qui finalement était plus libre puisque nos jeunes étaient fatigués en cette fin de semaine.



BADMINTON



HANDBALL



Renforcement musculaire

RANDONNEE PEDESTRE



Pause déjeuner dans les bois



Après 31km, Ernest (et tous les autres) sont contents de retrouver le panneau Gueugnon !!!!



FILM « LA VIE SCOLAIRE »





TENNIS DE TABLE

