



Décembre 2015

BULLETIN D'INFORMATIONS DE LA LIGUE LANGUEDOC-ROUSSILLON TT

Bulletin N° 20

### Sommaire :

- Actualités Sportives LRTT
- Formation DEJEPS
- Ping Forme & Santé
- Développement
- Equipes et Individuels
- TIM 2016
- En Direct...

### Dans ce numéro :

- Pôle Espoir **2**
- Emploi-Formation **3**
- Ping Forme & Santé **4**
- Développement **5**
- Equipes & Individuels **6**
- TIM 2016 Développement **7**
- En Direct... **8**

## 2016... ANNEE ELECTIVE ?

### Un pays en guerre... des régions en sursis

Qui peut dire de quoi l'avenir sera fait ? Les attentats épouvantables du 13 novembre nous obligent à relativiser l'importance de notre microcosme en face de la réalité de notre société actuelle. S'il était prévu un chambardement en 2016, ce n'était pas vraiment celui auquel nous nous attendions... Malgré tout, le temps poursuit sa course inexorable vers l'avant et nous sommes bien obligés de le suivre !

Vous trouverez donc à nouveau dans ce bulletin de fin d'année, la relation des actualités de ce 4ème trimestre pongiste.

En ce qui concerne l'actualité sportive, l'Etat a décidé de débiter les économies que peut apporter la refonte régionale **puisque dès 2016**, à la fois le budget des Directions Régionales Jeunesse et Sports et le CNDS seront globalisés entre nos deux régions qui n'en feront plus qu'une. Nos clubs doivent donc s'attendre à un rebond jusqu'à leur porte et par conséquent leur bourse.

Sur un plan purement pongiste, la première vraie réunion de travail entre nos deux instances régionales, a eu lieu le **samedi 7 novembre à Montpellier**. L'objectif prioritaire sera d'avoir réalisé la fusion pour juin 2017. La seconde réunion aura lieu à Toulouse, bien évidemment, fin janvier ou mi-février.

Si vous voulez une bonne nouvelle dans ce monde de brutes, je vais vous la délivrer de suite (c'est toujours ça de pris) : notre programme « **Ping Forme & Santé** » a été adoubé par le **Directeur du Développement de la FFTT**. Une coproduction des

coffrets pédagogiques sur laquelle nous escomptions, est à l'étude et sera proposée au bureau de janvier puis au comité directeur fédéral de février 2016.

La convention quadripartite concernant le **Pôle Fédéral Universitaire et Professionnel de Montpellier** a été signée par toutes les parties et le Directeur Technique National devrait prochainement nous rendre visite sur celui-ci.

Notre centre de formation professionnelle du **DEJEPS à Montpellier** a fonctionné correctement durant ce dernier trimestre de l'année, malgré l'effectif encore jamais atteint de 22 stagiaires retenus sur la dernière promotion.

Vous n'avez sûrement pas été sans savoir que le **secrétariat** de la ligue a subi quelques avanies durant l'été, du fait du départ de **Brigitte ASTIER** pour des contrées plus tranquilles et donc, de l'essequement de **Josiane PY**. Notamment, parce que ce départ s'est soldé par un manque d'informations vers les joueurs du critérium fédéral de Nationale 2 dont un certain nombre se sont retrouvés punis d'une descente sportivement injuste sans que la faute leur en incombe. L'épisode a fait grincer quelques dents et perdre un tour à certain(e)s. Nous en sommes désolés et tenons à nouveau à nous en excuser auprès des intéressé(e)s... qui ont prouvé leur valeur au second tour.

**L'ASPC Nîmes**, désormais seul club de Pro B féminine régional, pensait avoir fait l'essentiel avec le bon recrutement effectué... la suite leur prouva que non, car le niveau de la division a fortement crû, en raison des abandons d'un certain nombre de clubs féminins. Le maintien sera difficile... mais

pas impossible, ce qu'il est d'ores et déjà chez les masculins du même club, en Nationale 1. Montpellier TT terminant 3ème de Nationale 2, nous aurons donc deux représentants à ce niveau en seconde phase.

Fort heureusement, nos jeunes continuent à briller sur le plan international : **Lucie GAUTHIER** a ramené une médaille de bronze du TOP'10 Européen Cadettes, **Bérénice MARTEAU** remporte le titre en doubles cadettes à l'Open de Slovaquie, **Alexis LEBRUN** glane une médaille d'argent en doubles cadets de l'Open du Portugal... et **Félix** suit avec acharnement les traces de son aîné en se hissant en quarts de finale des Masters Européens Minimes (avec deux ans d'avance)... Et réussit un carton plein lors du second tour de critérium fédéral en remportant les moins de 11 et de 12 ans ...Le concours est décidément très serré entre les deux frères, pour rivaliser en termes de résultats !

Le plan « **Citoyens du Sport** » vient d'être lancé par la FFTT, suite à la demande du Ministère des Sports et aux événements du 13 novembre. Il prend une grande importance institutionnelle.

Le prochain rendez-vous national le Ping Santé, aura lieu à la veille de Noël, à Lille au siège de **Décathlon France**... pour, on l'espère, de beaux cadeaux ?

Vous trouverez détaillés dans le contenu de ce numéro, l'essentiel des informations synthétisées dans cet éditorial.

Je souhaite une bonne lecture et d'excellentes fêtes de fin d'année à tous les pongistes de la région,

Philippe MOLODZOFF  
Conseiller Technique National





**Bérénice MARTEAU, médaille d'argent en équipe Cadettes aux CEJ 2015, remporte le titre en doubles cadettes à l'Open de Slovaquie.**

**Médaille d'Or pour Bérénice MARTEAU à l'Open de Slovaquie...**

**...L'Argent pour Alexis LEBRUN à l'Open du Portugal et le Bronze pour Lucie GAUTHIER au TOP'10 !**



**Regroupement PES, le mercredi 30 septembre au CNTT Mèze**

## **PÔLE ESPOIR LRTT, PES, PFUP, Stages LRTT...**

### **REGROUPEMENT P.E.S Le mercredi 30 septembre à Mèze**

Le responsable PES, **Florian MAILLARD**, avait convié chaque structure régionale à se regrouper une journée à Mèze, afin de marquer leur appartenance et lancer la saison sportive en commun. Après présentation des structures existantes, trois groupes de travail étaient constitués par la trentaine de jeunes présents. L'apport des **16 DEJEPS de la promotion MARTINEZ**, tutorés par l'équipe technique régionale, allait permettre de réaliser un travail individualisé de qualité avec les jeunes, durant cette journée de regroupement.

### **1er Critérium Fédéral (10 et 11 Octobre)**

Les podiums n'ont pas été nombreux lors de ce premier tour. On notera la seconde place de **Tom RICO** (ASM Gigean) en N1 Benjamins ainsi que celle de **Bérénice MARTEAU** (AP Narbonne) en moins de 16 ans. Beaucoup de quarts de finale, dont **Juliette GASQUEZ** (AP Narbonne) en Juniors et **Alexis LEBRUN** (Montpellier TT) en Minimes et Cadets. En Nationale 2, **Kenza BELHASSEN** (ASPC Nîmes) échouera en finale des Juniors, de même que **Louis LAFFAILLE** (Béziers TT) en Benjamins.

### **TOP 10 Européen (15 au 18 Octobre)**

**Lucie GAUTHIER** confirme (presque) sa performance des Championnats d'Europe Cadettes en décrochant une médaille de bronze en cadettes. Sa partenaire de double, **Leïli MOSTAFAVI**, terminant à la 5ème place.

### **Stage Détection à Toulouse (19 au 22 Octobre)**

**Ludivine DELCAMPE**, **Maxence ROUGER** (205) et **Janelle DURELLO** (2006) étaient accompagnés par **Emmanuel BOLL** pour un stage commun avec Midi-Pyrénées. Le principal thème abordé a concerné le jeu en rythme alors que beaucoup de travail individualisé a été effectué aux paniers. Nos Languedocien(ne)s se sont parfaitement adaptés au rythme imposé.

### **Stage Détection & Performance LRTT à Mèze (22 au 25 Octobre)**

28 jeunes étaient regroupés lors de ce premier stage de la saison sous la houlette de **Florian MAILLARD** pour le groupe Performance avec 17 jeunes présents (dont 5 filles) et de **Guillaume JEAN**, aidé de **Julien BIBAL** et **Laurent BRICHE** pour le groupe Détection, fort de 17 stagiaires nés entre 2005 et 2008, dont pas mal de nouveaux mais une seule fille (3 éléments étaient à Toulouse). La nouveauté pour ce groupe, hormis le travail d'apprentissage à la table, a consisté dans l'inauguration de **séquences d'analyse vidéo** permettant de mobiliser l'esprit en complément du corps. Pour ce qui concerne le groupe Performance, des progrès étaient notés sur les placements de balle, les déplacements vers le plein coup droit et le double avec encore des manques relatifs à la vitesse, la rigueur dans le jeu et une forte tendance à reculer en se replaçant.

### **Masters Européen Minimes de Liège (23 au 25 Octobre)**

Sélectionné pour le groupe France détection, **Félix LEBRUN** (Montpellier TT) parvient en quarts de finale de cette épreuve européenne, avec deux ans d'avance sur l'âge requis chez les minimes. Initialement 3ème de sa poule qualificative, il a su hisser son niveau de jeu pour prendre une belle 8ème place au final.

## **...Une Saison bien lancée !**

### **Open Cadets de Slovaquie (29/10 au 1er Novembre)**

**Bérénice MARTEAU** (AP Narbonne) remporte une première victoire en doubles cadettes, associée à **Vony-Ange Randriantsoa**. Elle s'arrête en huitièmes de finale des simples et parvient en quarts de finale par équipes (0-3 sur la Pologne).

### **Open Cadets du Portugal (19 au 22 Novembre)**

**Alexis LEBRUN** (Montpellier TT) ramène, quant à lui, une médaille d'argent en doubles, de son premier Open Cadets disputé au Portugal.

### **2ème Critérium Fédéral (21 et 22 Novembre)**

Le second tour individuel a été l'occasion de beaux résultats d'ensemble pour nos ressortissants régionaux. Tout d'abord en Nationale 1, avec la victoire de **Bérénice MARTEAU** (AP Narbonne) chez les cadettes, ainsi que celles de **Félix LEBRUN** (Montpellier TT) à la fois chez les Benjamins et les moins de 12 ans. En Nationale 2, les victoires de **Maxime PERRAUD** (ASPC Nîmes) en Juniors, **Adria POMMIER** (AP Narbonne) en Cadets, et la belle 5ème place de **Ludivine DELCAMPE** (Trèbes TT) en Minimes, autorisaient trois montées de nos ressortissants et compensaient la nouvelle défaite de **Kenza BELHASSEN** (ASPC Nîmes) en finale Juniors, et celles de **Mathis BUDET** (ASPC Nîmes) et **Louis LAFFAILLE** (Béziers TT) en demi-finales de leur catégorie.



Stage Régional de Mèze—Ocotbre 2015

**FORMATION DEJEPS...**

L'avant-dernière **promotion MARTINEZ** (2014-2016), forte de 11 stagiaires, s'est enrichie de 5 « petits nouveaux », issus des épreuves de sélection 2015 et ayant opté pour la formation courte sur un an... durant ce dernier trimestre 2015, elle a été regroupée par trois fois et ce rythme va s'intensifier en 2016 autour du projet d'action que les stagiaires doivent mener à bien et pour lequel ils devront rédiger et présenter leur rapport en juin.

La **nouvelle promotion MOLLIENS**, forte de 22 stagiaires au total, a entamé son cursus le 7 septembre 2015, par deux semaines de « socle commun » de connaissances de base concernant les matières principales du sport : anatomie, physiologie, sociologie, pédagogie, environnement, réglementation. Ce socle était commun avec les DEJEPS tennis, qui a permis de mixer les deux formations à leurs débuts.

Novembre a été l'occasion de traiter des orientations fédérales et pour l'occasion, de recevoir le nouveau DTN adjoint en charge de la formation, **Christian GAUBERT**. Celui-ci a pu se présenter et faire connaissance avec la nouvelle promotion, assister à leur séance d'animation préparée pour l'IME du Château d'Ô (sport adapté), faire le tour des institutions CREPS et DRJSCS ainsi qu'échanger avec les cadres techniques de la Ligue durant ses deux jours de visite.

De nombreuses questions étaient posées concernant notamment la nouvelle habilitation à venir du CQP ainsi que les retouches nécessaires à prévoir à la filière fédérale de formation ou la future implantation du DEJEPS à Nantes.

Le colloque des cadres techniques, programmé du 1 au 3 décembre à Mouilleron-le-Captif, à l'occasion des Mondiaux Juniors, devrait apporter quelques réflexions à la feuille de route qu'il s'est fixé pour 2016.

Novembre a également permis aux stagiaires de la Promotion **MARTINEZ**, d'organiser un Premier Pas Pongiste avec le support du club de Montpellier TT.

**...PROMOTIONS MARTINEZ & MOLLIENS**

Vous trouverez ci-dessous, le compte-rendu qu'ils en ont établi :

« Le club de **Montpellier Tennis de Table** organisait le jeudi 19 novembre 2015, le **Premier Pas Pongiste**. Cette manifestation sportive et ludique permet de faire découvrir le tennis de table à des enfants entre 4 et 6 ans à travers plusieurs jeux et ateliers, ainsi que développer l'esprit d'équipe.

**Près de 250 enfants** des écoles Sainte Thérèse et Jean-Baptiste de la Salle ont répondu présent durant cette journée, le matin était consacré aux grandes sections de maternelle et l'après-midi aux classes de CP.

Une équipe de 15 cadres techniques en formation DEJEPS au CREPS de Montpellier ont organisé l'animation des 9 ateliers avec l'aide précieuse des parents et des professeurs.

Après une rapide présentation du déroulement de chaque demi-journée, tous les enfants ont pu participer à différents ateliers, avec enthousiasme et bonne humeur. Ensuite, un goûter leur était proposé ainsi qu'une démonstration de haute voltige et très amusante réalisée par **Stéphane Lebrun**, le directeur sportif du club et ancien joueur de l'équipe de France, accompagné de **Luc Pellerin** (stagiaire DEJEPS et joueur classé N°280) le matin et de **Maxime Marteau** (joueur de l'équipe première de Montpellier, classé n°460) l'après-midi, et les enfants ont adoré !

Pour finir, le club de Montpellier a offert à chaque enfant une raquette, un porte-clefs et un poster de tennis de table !

C'est donc une journée très positive et le club de Montpellier n'hésitera pas à réitérer un Premier Pas Pongiste l'année prochaine ! ».

Le mercredi 16 décembre, dans le cadre du module « entraînement », **Stéphane MOLLIENS**, parrain de sa promotion est intervenu pour la première fois, en compagnie de **Philippe MOLODZOFF**, sur le thème de la préparation mentale lors d'une journée d'entraînement organisée à Mèze. Cela a notamment été l'occasion pour le binôme, de préparer leurs interventions respectives sur le stage international de Mèze du mois de février, pour lequel **Michel MARTINEZ** sera le grand ordonnateur dans le cadre de son projet d'action DEJEPS.

Pour notre région, la formation d'**Animateurs Fédéraux** en octobre a permis d'enregistrer neuf diplômés supplémentaires. Animée par **Sylvain BARBU**, cette formation a été dynamisée par la présence et les interventions de nos DEJEPS en formation qui se sont relayés auprès de nos cadres débutants en formation.

Malheureusement, nous avons dû abandonner la **formation des pilotes**, entamée la saison dernière, par manque d'effectifs en relation avec les moyens engagés... mais la bonne idée risque d'être reprise au niveau national dans le cadre de la réforme des formations ?

Les formations d'**Animateurs Ping'Forme et Ping'Santé** devraient lui succéder en 2016. Nous faisons en tout cas, tout pour accélérer le processus qui a pris un peu de retard en étant devenu « affaire nationale » !



PPP : 15 stagiaires DEJEPS pour 250 petits au MTT



PPP au Montpellier TT : 250 scolaires de 4 à 6 ans animés par les DEJEPS 2014 !

**9 Animateurs Fédéraux ont participé à la formation en octobre 2015...**

**...Un PPP énorme à Montpellier TT**



Comme chaque année, l'IME du Château d'Ô est venue avec ses éducatrices pour une séance de sport adapté





**Un coffret pédagogique, objet de nombreuses d'attentes !**

**« L'objectif d'une co-production FFTT-LRTT prend forme... »**

**...L'intérêt de Décathlon en serait un vrai plus pour le tennis de table »**



**Le Ping Forme & Santé LRTT prochainement Labellisé FFTT ?**

**PING FORME & SANTE...**

Le programme **PING FORME & SANTE LRTT** ne sera pas prêt pour les vendanges comme annoncé dans le bulletin précédent... mais les vendanges seront probablement très belles... même si celui-ci risque de changer de nom pour prendre l'appellation (contrôlée) **FFTT !**

Suite du feuilleton : où en sommes-nous de l'avancée de celui-ci?

Une réunion a eu lieu le 18 novembre au siège de la FFTT, entre **Christian RIGAUD**, Vice-Président chargé du développement, **Guy TUSSEAU**, Président de la commission sport-santé, et **Philippe MOLODZOFF**, missionné par le **Président LRTT**.

La qualité de la production des quelques **200 fiches-tests** du programme sous les yeux, a fait tilt pour le Vice-Président fédéral, qui a déclaré être très surpris à la fois par la finition du produit qui lui était présenté ainsi que par sa variété et sa précision. S'attendant à ne se voir présenté qu'un programme correspondant à la santé, il a paru enchanté de découvrir un produit complet, recouvrant les besoins nécessaires de la Fédération en termes **« tous publics » et notamment adultes loisirs**. Il attendait apparemment un tel outil manquant au programme national de développement, depuis fort longtemps.

L'objectif d'une **co-production fédérale** de coffrets pédagogiques, visé par notre Président régional, semble donc en bonne voie.

Les étapes à venir de cette importante négociation pour l'avenir de notre région, doivent être les suivantes :

**DU RETARD... MAIS FEUX AU VERT !**

Le 3 décembre, **Xavier RIVOIRE** (Directeur de Communication Décathlon France) a rencontré **Christian RIGAUD** et **Guy TUSSEAU** pour envisager la commercialisation de coffrets « Ping Forme & Santé » dans ses magasins. Suite à cette rencontre, il a convié toutes les parties prenantes, dont le Directeur Commercial de sports de raquette, à se réunir le 23 décembre, au siège Décathlon de Lille.

Durant les deux mois de **décembre et de janvier**, les fiches-tests du coffret pédagogique imaginé par notre équipe régionale, vont faire l'objet de remontées de terrain de la part des éducateurs qui ont en charge de tels publics. Ce qui nous permettra d'effectuer les corrections ou améliorations nécessaires pour la production de nos fiches de séances.

Le projet devra être approuvé par le **bureau (janvier)** puis le **comité directeur FFTT (février)** avant de pouvoir faire un appel d'offres pour l'impression des coffrets.

Dans le même temps, il nous faudra effectuer la finition des fiches restantes et sélectionner, voire créer les illustrations qui définiront chacune d'entre elles.

Notre programme s'insère dans le **projet fédéral sport-santé** qui prévoit également d'autres supports de promotion complémentaires à destination des clubs. Trois autres régions ont en effet œuvré sur ce thème du sport-santé depuis quelques années : **le Centre, PACA et la Lorraine** sont les régions engagées dans ce processus sous des angles complémentaires. PACA a principalement œuvré sur des journées d'animation (Ping Tour), le Centre s'est plutôt

spécialisé sur le Cancer (CAMI) et les greffés, la Lorraine a travaillé sur un projet complet proposé par la Ligue à destination de ses clubs et des institutions régionales.

De l'ensemble de ce travail, il ressort la prochaine diffusion d'une plaquette de découverte et d'initiation gratuite à destination des clubs pour le Ping Santé, et la production de coffrets pédagogiques payants « Ping Forme & Santé »... pour aller plus loin avec les publics réguliers.

Sur le plan régional, l'intégration aux actions d'animation du label **« Ville Vivez Bougez »** devrait s'intensifier dans un certain nombre de territoires prioritaires : Le Crès, Sète, Béziers, Narbonne, Carcassonne, Grandrieu... Cette demande nouvelle de la part de la DRJSCS doit nous permettre de nous rapprocher davantage de l'Agence Régionale de Santé et des territoires à privilégier en termes d'accompagnement sport-santé.

Les formations **« Forme et Santé LRTT »** qui étaient prévues dès la rentrée de septembre, vont donc subir quelques retards dus à la réalisation de l'outil pédagogique prévu. Nous espérons cependant pouvoir les mettre en œuvre dès le printemps 2016 en débutant par un premier test qui concernera essentiellement les cadres régionaux.

Les objectifs à atteindre étant : la production des coffrets pédagogiques pour **Mai 2016** (AG FFTT), la formation des cadres techniques des zones prioritaires pour **Juin 2016** (AG LRTT), la mise en place de la stratégie de déploiement locale du « Ping Santé » pour la **rentrée 2016/2017 !**

**TEST 1 EQUILIBRE STATIQUE**

**ÉQUILIBRE UNIPODAL**

**BUT** : mesurer l'équilibre statique. **DURÉE** : 1 minute. **MATÉRIEL** : un chronomètre.

**CONSIGNES** : le sujet choisit le pied sur lequel se tenir, les deux autres bras tendus pour les maintenir au niveau de 40 cm, l'autre pied pointe devant le corps avec le pied à hauteur de genou et pointe vers l'arrière de chaque côté de corps, devant 30 secondes. Noter le même exercice avec l'autre pied.

**Précautions** : rester le pied droit au cas de chancelier.

**MESURES** : l'observateur commence à chronométrer dès qu'il a donné le signal. Il arrête le chronomètre à la fin de la séance ou quand le sujet a levé le pied avant les 30 secondes. Il note le temps tenu en secondes, ainsi que le nombre de chanceliers effectués. L'observateur additionne le temps tenu au dossier sans pour autant arrêter le chronomètre. Réaliser 2 essais, retenir le meilleur performance.

**RÉSULTATS**

INDICE POUR LES FEMMES	
21 à 30 ans	87a-60 ans
80-100	70-80
70-80	60-70
60-70	50-60
50-60	40-50
40-50	30-40
30-40	20-30
20-30	10-20
10-20	0-10

**INDICE POUR LES HOMMES**

INDICE POUR LES FEMMES	
30 à 39 ans	40 à 49 ans
80-100	70-80
70-80	60-70
60-70	50-60
50-60	40-50
40-50	30-40
30-40	20-30
20-30	10-20
10-20	0-10

**TEST 7 ENDURANCE CARDIO-RESPIRATOIRE**

**ÉVAL'FORME**

La VRT est un excellent indicateur de la santé d'une personne. Elle permet de visualiser les progrès sur un entraînement régulier à 4 ans. Plus elle est élevée, plus les capacités de la personne sont bonnes. Elle est d'environ 30 chez les personnes âgées.

**BUT** : évaluer l'endurance cardio-respiratoire et établir un indice de forme. **DURÉE** : 1 minute.

**MATÉRIEL** : chronomètre, cadencemètre, étiquette pour indiquer les intervalles de 100 pas ou 100 mètres.

**CONSIGNES** : marcher pendant 6 minutes à une allure calme et régulière (à la hauteur de l'épaule), en faisant des allers-retours sur une distance de 30 mètres. Noter à l'arrivée la fréquence cardiaque et la distance parcourue pour faire le parcours.

**Précautions** : faire sentir et repérer un questionnaire préalable aux tests (spécial VRT) (répondre aux questions de santé et de forme). En cas de réponse positive à la question, il est conseillé de consulter son médecin traitant avant de tester.

**MESURES** : l'observateur débute le chronomètre. À la fin des 6 minutes, l'observateur note dans un carnet la fréquence cardiaque (FCM) les étapes parcourues (en mètres) et le nombre de pas effectués (en pas).

La fréquence cardiaque (FCM) est mesurée à la fin de la séance. Elle est notée sur le questionnaire. La fréquence cardiaque (FCM) est notée sur le questionnaire. La fréquence cardiaque (FCM) est notée sur le questionnaire.

**RÉSULTATS**

INDICE POUR LES FEMMES	
30 à 39 ans	40 à 49 ans
80-100	70-80
70-80	60-70
60-70	50-60
50-60	40-50
40-50	30-40
30-40	20-30
20-30	10-20
10-20	0-10

**INDICE POUR LES HOMMES**

INDICE POUR LES FEMMES	
30 à 39 ans	40 à 49 ans
80-100	70-80
70-80	60-70
60-70	50-60
50-60	40-50
40-50	30-40
30-40	20-30
20-30	10-20
10-20	0-10

**UNE FORMULE ORIGINALE...****HONNEUR & DECOUVERTE**

Championnat Jeunes de l'Hérault... où comment regrouper **plus de 200 enfants** dans le gymnase Bernard Jeu de Mèze ?

Depuis de nombreuses années, (pour l'anecdote, l'actuel Président a participé aux premiers regroupements et c'est ainsi qu'il a découvert le tennis de table), le Comité de l'Hérault organise son championnat jeunes sous le format d'un regroupement de toutes les catégories sur un seul site, sept dates dans la saison (3 en première phase, 4 en seconde) par équipes de 2 ou 3 joueurs.

Après un constat de baisse de participation en 2010, la décision a été prise de revoir les tableaux proposées en les regroupant en double catégorie, puis en renommant ceux-ci.

Aujourd'hui, l'offre est **HONNEUR -18 et HONNEUR -13** (uniquement pour les joueurs

ayant une licence traditionnelle), **DECOUVERTE -15, DECOUVERTE -11 et DECOUVERTE -9** (pour les joueurs ayant une licence promotionnelle ou 500 points sur une licence traditionnelle).

**Résultat** : de 14 clubs pour 42 équipes en 2010, le comité compte cette saison 22 clubs participants pour 82 équipes.

Christophe JOUSSE  
Président du Codep 34

**SENTEZ-VOUS SPORT 2015**

Comme les deux années précédentes, la LRTT a participé à l'édition 2015 de la semaine du

**...DU CODEP 34 HERAULT**

sport, patronnée par l'Union Européenne et le Ministère des Sports. Dans le cadre du sport en entreprise et en partenariat avec le CROS, le jeudi 17 septembre à Odysseum, le tennis de table faisait partie des sports en démonstration.

Puis le week-end des 19 et 20 septembre, lors du VitalSport Décathlon d'Odysseum, une aire de jeu et de démonstration a, comme à l'habitude avec l'aide de Montpellier TT, permis la visite de nombreux amateurs.

De son côté, l'ASPC Nîmes a également participé au VitalSport de son partenaire Décathlon Nîmes.

**LE COIN-COIN...**

Un intéressant rapport figure sur notre site internet dans la rubrique « Nos Clubs »...

Il concerne l'expérience du club de l'**Eveil Mendois** sur la fidélisation des adultes loisirs.

Dans le cadre des bonnes pratiques, il me paraît utile de le signaler aux clubs et de le diffuser dans la présente rubrique.

En début de saison, comme je pense 75% des clubs, nous recherchons Le compétiteur dans nos nouveaux licenciés, la bonne pioche, le crack pour alimenter nos équipes. Alors quand une petite dizaine de débutants arrive à la salle c'est souvent une joie plus mesurée. C'était notre constat pendant 7-8 ans mais avec du recul à ce jour 10 nouveaux pongistes par saison qui veulent juste jouer au ping c'est conséquent cela aurait pu faire 70-80 licenciés sur la période et sans rien faire, puisqu'ils sont dans une démarche personnelle. Au lieu de ça, ils sont souvent partis (l'année suivante ou en cours de saison) vers les autres sports de raquettes plus en vogue : badminton, tennis, car pas forcément à leur place.

Face à ce constat terrible, depuis septembre 2015, l'Eveil Mendois Tennis de Table propose à ces

adultes un créneau Loisir encadré. L'objectif est simple : offrir du tennis de table dans un environnement structuré, adapté à leurs envies (ils ne recherchent pas la maîtrise du flip, de la poussette active ou du service lifté court rentrant mais la sensation d'avoir fait une heure de sport intense) et de la bonne humeur, un mélange qui devrait faire leur bonheur. Pour cela les moyens mis en œuvre par le club sont : la mise à disposition d'un entraîneur 1h/semaine + 2 créneaux d'1h30 d'accès libre à la salle.

Si sur le papier, le projet est intéressant c'est la communication lors des événements (Forum des associations, fête du sport, infos sur le site web du club ...), dans la presse locale et bouche à oreille avec les mamans ou épouses des joueurs, qui ont permis de faire de ce créneau, un succès pour notre club et de casser les barrières d'un sport trop compliqué. 2 mois après son lancement, déjà une quinzaine de personnes ont intégré le groupe dont 75% de femmes ! Il ressort de la fin des séances une énorme satisfaction d'avoir joué et progressé ensemble à partir de jeux ludiques. Les plus motivés d'entre eux viennent également sur les autres plages horaires libres du

jeudi & vendredi. La marge réalisée sur ce créneau (car ils sont tous en licence promotionnelle) permet de financer, outre leur propre séance d'entraînement dirigée hebdomadaire, 1 heure d'entraînement hebdomadaire supplémentaire. Dans une période où les subventions sont à la baisse nous avons fait comme dit l'adage d'une pierre 2 coups : la satisfaction des loisirs d'une part et la pérennisation de notre niveau d'entraînement pour les jeunes d'autre part et le tout en étoffant notre offre.

Le « plus » que s'octroie le club c'est de faire l'entraînement loisirs & compétiteurs en même temps (avec 2 entraîneurs différents afin que chacun s'occupe bien de son groupe, chose importante sinon l'impression d'abandon est vite ressentie). Les 2 groupes peuvent bénéficier de l'heure suivante pour jouer ensemble, ce qui permet également de favoriser l'échange dans la vie du club et de casser les castes loisirs opposées aux compétiteurs.

Objectif de l'année prochaine : arrivée à les conserver car on sait que c'est un public volatil.

Julien Rocoalan,  
Président Eveil Mendois TT



**Championnat Jeunes de l'Hérault Plus de 200 participants, 7 fois dans la saison... Un exemple intéressant !**

« Le Développement passe par l'exemple de bonnes pratiques... »

« ...Il n'est pas forcément besoin de réinventer la roue ? »



**Ping Adultes Loisirs encadré à Mende : l'une des bonnes pratiques à imiter ?**



Remontée de l'équipe féminine de St Christol-lez-Alès en Nationale 2

« L'ASPC Nîmes devra batailler pour obtenir le maintien en PRO B Dames »



Le 4ème tour de Nationale 1 Messieurs se déroulera à Mèze en 2016

## NOS EQUIPES EN CHAMPIONNAT...

La seconde phase 2015/2016 verra les changements suivants :

### MESSIEURS

**Nationale 1** : Comme prévu, **L'ASPC Nîmes 1** redescendra du groupe C pour accompagner les Montpelliérains en Nationale 2.

**Nationale 2** : **Montpellier TT**, dans le groupe E termine à la 3ème place en ayant concédé une défaite sur les deux premiers.

**Nationale 3** : 5 équipes réparties dans 3 groupes. En poule A, **L'ASM Gigean** termine en 4ème position alors que **L'ASPTT Nîmes** se retrouve 7ème et doit descendre. En poule B, **L'ASPC Nîmes 2** finit 3ème alors que **Montpellier TT 2**, 7ème est relégable. En poule C, **Le Crès-Salaisson TT**, 4ème ou 5ème, se maintient.

**Pré-Nationale** : **Perpignan RTT** est l'équipe qui rejoindra les trois rescapés de Nationale 3, avec de bonnes chances de bien figurer en seconde phase. Les 5 équipes suivantes terminent dans un mouchoir de poche, **St Christol** 6ème, serait appelé à descendre maintenir, compte tenu des deux descentes du niveau national. **PPC Perols et Marvejols TT** descendent en Régionale 1.

## CRITERIUM FEDERAL : Le point à mi-parcours...

Après deux tours de critérium fédéral, notre effectif en Nationale 1 est passé de 13 à 17.

4 montées, l'une en Seniors Dames pour **Sannamari BOLENIUS** (ASCL St Christol) au premier tour de Nationale 2, les 3 autres au second tour, de **Maxime PERRAUD** (ASPC Nîmes) en Juniors, **Adria POMMIER** (AP Narbonne) en Cadets et **Ludivine DELCAMPE** (Trèbes TT) en Benjamins, ont permis de renforcer nos positions régionales parmi l'élite... Bravo aux montants !

Quant aux résultats de cette élite, lors des deux premiers tours, on pourrait dire qu'ils sont variables. Chez les Seniors, il faut saluer la victoire de **Sannamaria BOLENIUS** (ASCL St Christol), en Elite B au second tour. **Yuan CAO** prend une belle 5ème place alors qu'**Emma-**

### DAMES

**Pro B** : **L'ASPC Nîmes** a réussi à s'imposer une fois au cours des matchs aller. Cependant, compte tenu du repêchage de l'AS Miramas en Pro A, cette seule victoire pourrait lui suffire pour se maintenir à ce niveau... mais il reste encore sept journées au retour pour ce faire.

**Nationale 2** : **L'AP Narbonne** n'a pas réalisé les résultats escomptés, mais le fait de ne compter que 7 équipes dans la poule doit lui permettre d'éviter la relégation en laissant l'ASPTT Toulouse derrière elle.

**Nationale 3** : **L'ASPC Nîmes 2** a connu la difficulté de perdre sa première rencontre à domicile et ne s'en est jamais relevée. Elle termine donc seconde de son groupe de l'Est, en poule E mais devrait monter par son statut de meilleure seconde en points. Dans le même groupe, l'Entente **Montpellier-Prades** se maintient en terminant à la 5ème place. Dans le groupe C, **L'ASCL St Christol** remonte en Nationale 2 en devançant Rillieux. Dans un groupe homogène, **Trèbes-Lézignan**, repêchée à ce niveau, parvient à s'y maintenir pour la

seconde phase en laissant derrière elle Mulhouse et Romans.

**Pré-Nationale** : **L'ASCL St Christol 2** s'est retrouvé au coude à coude avec **L'ASM Gigean** jusqu'à la dernière journée, pour l'emporter facilement. Ne disposant plus que d'une montée pour la zone entière, elle devra disputer un barrage de montée avec l'équipe classée première du côté Rhône-Alpes : **Sud-Est Rhône. PPC Perols** termine à la 3ème place devant **L'ASPC Nîmes 3** et **L'ASPTT Grasse. ASPC Nîmes 4 et ASM Gigean 2** ferment la marche.

Le lancement d'une régionale pour la seconde phase permettrait à ces deux dernières équipes ajoutées, de retrouver une division correspondant à leur niveau. Nous aurons donc en 2016, 2 équipes en Nationale 2, 4 équipes en Nationale 3 chez les masculins. Une équipe en Pro B, 3 en Nationale 2, et 2 ou 3 équipes en Nationale 3 chez les féminines. Soit une parité parfaite. Huit clubs représentés au niveau national : **ASPC Nîmes** (4 équipes), **Montpellier TT** (2), **ASM Gigean** (2), **Le Crès-Salaisson**, **Perpignan RTT**, **AP Narbonne**, **ASCL St Christol**, **E. Trèbes-Lézignan** (1).

**ouvelle LENNON** (ASPC Nîmes) termine 9ème en Elite A.

Chez les Juniors, la meilleure performance vient de **Juliette GASQUEZ** (AP Narbonne), 5ème au premier tour. **Alexandre POISSON** (Montpellier TT) prend la 9ème place au second tour.

Chez les moins de 16 ans, **Bérénice MARTEAU** (AP Narbonne) parvient en finale au premier tour, **Juliette** prenant la 5ème place

En Cadets, **Bérénice** remporte le second tour alors qu'**Alexis LEBRUN** (Montpellier TT) se classe 5ème du premier tour, places qu'il obtient également en moins de 14 ans et en Minimes.

En moins de 12 ans, victoire de **Félix LEBRUN** (Montpellier TT) au second tour et finale pour **Tom RICO** (ASM Gigean) au premier.

En Benjamins, nouvelle victoire pour **Félix** et finale pour **Tom**.

En Nationale 2, en-dehors des montants, on retiendra les bonnes places de **Kenza BELHASSEN**, deux fois seconde et **Mathis BUDET**, 5ème puis 3ème (ASPC Nîmes) en Juniors.

En Cadets, **Aurore DURELLO** (ASCL St Christol) qui avait pris la 4ème place au premier tour, descend au second, **Morgane POURSIANE** (MJC Lézignan) terminant deux fois 6ème et **Marion LAURENT** (E. Mendois), 7ème au second tour.

En Minimes, belle 4ème place d'**Enora COASSIN** (Nevian TT) au premier tour et 6ème place pour **Jeanne ROUDOVSKI** (MJC Lézignan) au second. En Benjamins, **Louis LAFFAILLE** (Béziers TT) parvient en finale puis se classe 3ème.



**TOURNOI INTERNATIONAL DE MEZE 2016...****TOURNOI INTERNATIONAL  
NOUVELLE FORMULE**

Pour la première fois, le tournoi individuel ne se déroulera pas à la fin du stage international jeunes mais avant son début : les **samedi 20 et dimanche 21 février 2016** !

Pour la première fois, la promotion en sera réalisée indépendamment du stage international jeunes.

Pour la première fois, des tableaux seniors allant de non classé à un classement déterminé, seront organisés.

Nous avons souhaité séparer les deux actions car elles se mélangaient dans l'esprit des licenciés régionaux dont nombre pensaient ne pas pouvoir s'inscrire en n'ayant pas participé au stage préalable... il faut donc rappeler qu'il s'agit d'un tournoi international homologué, donc ouvert à tout licencié compétiteur de la Fédération.

Aux joueurs craignant un niveau trop élevé de par l'appellation « international », il est également bon de préciser que l'objectif est que de jeunes étrangers (de benjamins à cadets) puissent aussi y participer, cumulant ainsi une compétition additionnée d'un stage à suivre.

Tous les clubs seront prochainement destinataires de l'affiche ainsi que du bulletin d'inscription

spécifiques pour le tournoi individuel, pour lequel tout joueur pourra s'inscrire dans deux tableaux de son choix par journée de compétition.

La date-limite des inscriptions est fixée au **Lundi 15 Février 2016** et les bulletins à renvoyer à la LRTT.

**MICHEL MARTINEZ  
COORDINATEUR DU STAGE  
INTERNATIONAL**

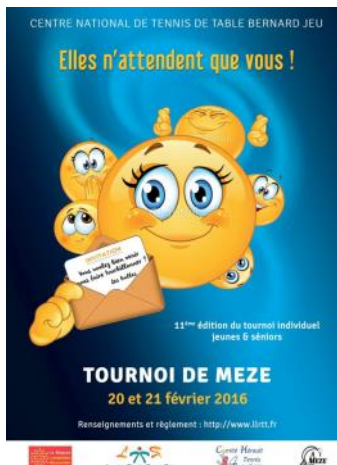
Il était le parrain de la précédente promotion DEJEPS et se retrouve stagiaire de la nouvelle promotion. Son projet d'action repose sur la réussite de l'organisation du Tournoi suivi du stage international de Mèze pour sa onzième édition... Michel possède un palmarès sportif que l'on ne peut ignorer, il a fait ses armes au Pôle France de Montpellier à l'époque. Actuel N°45 français, cela fait deux ans qu'il apporte son expérience en intervenant ponctuellement sur cette action, qu'il connaît donc bien. La réussite saluée unanimement des thèmes abordés en 2015, à savoir préparation physique et mentale incorporées aux séances d'entraînement, a suscité le plébiscite des cadres pour son renouvellement. Par contre, la forme du stage, demandait une amélioration, notamment en ce qui concerne la participation des cadres extérieurs, aux groupes de travail.

**...C'EST PARTI POUR LA 11e !**

La proposition de Michel repose donc sur une meilleure répartition du travail, en augmentant le nombre de groupes de niveaux et en diminuant les effectifs.

Chaque groupe d'une quinzaine de jeunes, répartis par niveaux, tournant sur 6 ateliers différents lors d'une journée de stage : 1ères balles ; schèmes de jeu ; volume ; préparation mentale ; paniers/physique ; doubles. Un responsable de travée, expert du thème de son atelier, resterait fixe tandis que les cadres de chaque sélection accompagneraient un groupe au fil des ateliers tournants.

Nous espérons que la mise en scène de ce stage apportera encore plus de satisfaction à nos visiteurs en 2016.

**TIM 2016  
suivi du stage  
international  
20-26 février 2016**

« De nouvelles formules adaptées, à la fois pour le TIM 2016 et le stage qui suivra »

**CRITERIUM MOINS DE 11...****Record de Participants**

**RECORD battu !** A la fin du 1er tour au mois d'octobre, l'objectif annoncé était de dépasser la barre des 40 participants ! Pour ce 2ème tour du critérium des moins de 11 ans, **46 enfants** (37 moins de 11ans, 9 moins de 9ans) de **8 clubs différents** (Alès, Bagnols sur Cèze, Bellegarde, Calvisson, Congenies, Manduel, St Christol les Alès, Uchaud) s'étaient donnés rendez vous à la halle des sports de Saint Laurent d'Aigouze pour participer à cette épreuve.

Un grand merci au club de Camargue tennis de table, son président M. René Otge et son équipe de bénévoles, pour leur accueil et la mise à disposition de

la salle, ainsi qu'à l'ensemble des cadres techniques des clubs présents (M. Laurent Briche des clubs de Congenies et Calvisson, M. Adrien Fontaine d'Alès, M. Johnnathan Ferrer d'Uchaud, M. Frédéric Rosso de St Christol les Alès et M. Laurick Delpuech de Bagnols sur Cèze) pour leur aide au bon déroulement de cet après midi.

Le nouvel objectif de cette saison sur cette compétition sera de dépasser les **50 participants** lors du 3ème tour qui aura lieu le samedi 06 février 2016 à St Christol les Alès ! ...Alors afin d'atteindre cet objectif, n'hésitez pas à inscrire vos plus jeunes joueurs à cette épreuve ! Je compte sur vous !

**...UN SUCCES GARDOIS !**

Les résultats sont joints en annexe. Pour rappel, le 1er de la catégorie 9/10 ans accède au niveau régional lors du prochain tour. Pour finir, voici les prochaines dates à retenir :

- **Vacances de Noël** : stages clubs partenaires ASPC Nîmes, ASTT Uchaud et PPC Congenies ;
- **Samedi 6 février** : 3ème tour du Critérium Fédéral moins de 11 ans à St Christol-Lez-Alès



**46 enfants réunis lors du second tour de Critérium moins de 11 ans dans le Gard**

## LRTT INFOS est une revue trimestrielle de la

Ligue Languedoc-Roussillon Tennis de Table  
Maison Régionale des Sports  
1039 Rue Georges MELIES  
34 000 – MONTPELLIER

Téléphone : 04 67 82 16 81  
Messagerie : [lrrt@wanadoo.fr](mailto:lrrt@wanadoo.fr)  
Site internet : [www.lrrtt.fr](http://www.lrrtt.fr)

**Vous souhaitez réagir ?  
Donner vos impressions ?  
Envoyez vos remarques à  
[lrrt@wanadoo.fr](mailto:lrrt@wanadoo.fr)**

# DECATHLON



En janvier, sera organisé le premier TOP Jeunes de notre future région. En février, le Tournoi International de Mèze vivra sa onzième édition. En mai, les kits pédagogiques « Ping Santé » devraient être présentés à l'Assemblée Générale FFTT. En juin, les AG des Comités et des Ligues verront un changement de gouvernance... ou pas !

...2016 s'annonce donc déjà comme une année-charnière pour notre sport et son développement, en plus des Jeux Olympiques d'été de RIO.

Nous vous souhaitons d'excellentes fêtes de famille et une très bonne année 2016 !

Retrouvez nous sur le Web !  
[www.lrrtt.fr](http://www.lrrtt.fr)

### EN DIRECT...

Après une présentation des deux ligues qui avait été effectuée à Carcassonne, la première vraie réunion de travail entre nos deux instances régionales a été organisée à Montpellier, le **samedi 7 novembre**. Quatre représentants de Midi-Pyrénées (2 élus et 2 cadres) et huit du Languedoc-Roussillon (dont 3 cadres) y étaient présents. Tout d'abord, la date d'échéance de la fusion régionale a été fixée : il s'agit de **juin 2017** (ou un peu avant, en fonction de la demande fédérale). Ensuite, les référents auprès de la FFTT seront les **deux Présidents** actuels des régions.

Les **points sportifs** ont été les premiers abordés : la création d'une Prénationale par équipes constituée de deux poules a été validée pour le début de la saison 2016/2017. Une première approche doit en être présentée lors de l'Assemblée Générale du 19 Décembre. Le critérium fédéral étant pyramid-

-al et soumis aux décisions fédérales, il faudra attendre les décisions des échelons nationaux pour connaître la future répartition des zones sportives. La première compétition commune entre nos deux régions sera inaugurée par un TOP Interrégional, organisé le 23 janvier à Revel (MP), concernant les benjamins, minimes et cadets.

Le point suivant concernait les **finances** : les deux trésoriers de ligues avaient préalablement échangé sur le sujet et présentaient deux tableaux comparatifs des tarifs appliqués dans chaque ligue. Au vu des différences, l'arbitrage ne se révélerait pas simple à faire. Il leur était donc demandé de poursuivre leur travail commun en faisant des propositions concrètes pour la suite des événements. Cependant, il semble évident que chaque ligue, en amont, doit faire un pas vers cette harmonisation à terme en débutant dès la prochaine saison un rapprochement progressif. Une obligation allait nous être d'ores et déjà imposée début 2016, par la

fusion des subventions régionales, tant pour le budget de la future DRDJS que pour le CNDS régional. Il a donc été décidé que les cadres se rapprochent pour former une seule ETR (équipe technique régionale) dès le début de l'année civile.

**D'une manière générale**, il allait être demandé aux responsables de chaque ligue, à la suite de cette réunion, de fournir un comparatif du fonctionnement des deux structures, complété par une proposition de rapprochement pour chacune des commissions existantes. L'objectif étant d'obtenir des éléments concrets sur les orientations à prendre d'ici la **fin janvier**, date prévue pour la prochaine réunion à Toulouse.

Dans le cadre du projet de fusion à mettre en place, un **audit financier** des deux ligues devra être réalisé par un expert comptable indépendant. Jacques DOLLE, Président de MP, précise que la Fédération souhaite que les fusions

### ...DE LA GRANDE REGION

réalisées soient des absorptions et non des créations, en raison du coût financier élevé de ces dernières... un débat s'instaure sur le pourquoi, qui devra être précisé (!)

Midi-Pyrénées abonde dans le sens de la création d'un **groupement d'employeurs** prôné par la LRTT et est favorable à ce que l'étude soit menée par la ligue d'ici 2017.

L'un des points suivants rapidement abordé, sera celui de la **mutualisation des moyens de communication internes et externes** avec un serveur à disposition en MP, sur lequel un travail collaboratif peut être envisagé. La possibilité de visio-conférence existe avec une salle dédiée au CROS MP et le souhait de commencer à faire des liens entre bulletins d'informations et sites internet des deux entités afin que l'habitude de relier les deux ligues commence à devenir réalité.

Le développement, les organisations, l'arbitrage, l'emploi et la formation ont ensuite été l'objet de débats et commentaires mais il faudra traiter plus précisément de ces domaines lors des prochaines réunions.