

Zap' ping 29

N4
Avril 2019

Comité du Finistère
de Tennis de Table
26 rue de Saint-Ernel
29800 LANDERNEAU
02 98 21 30 40
www.finistere.ping.fr/
f <https://www.facebook.com/cd29tt/>

COUP DE PROJETO !



Initiation pour les écoles à Pont de Buis...
Le club a invité les écoles du secteur à découvrir le "ping" lors de séances d'initiation. Une vingtaine d'écoliers de CM1 et CM2, accompagnés de leur enseignante, se sont déplacés à la halle des Sports. Ils étaient encadrés par 3 animateurs du club, Valérie DIVERREZ (également Présidente), Laurent COAJOU et Mathieu PETON. Ce dernier, en stage d'animation, avait préparé la séance avec les conseils de Christophe. La séance de découverte a été très appréciée des élèves. A l'issue de la séance, les élèves ont reçu un bon pour une séance gratuite au club, pour les inciter à poursuivre... Belle initiative !

ACTU

Du côté des filles...le Trophée Team Filles...
Qu'en est-il cette saison pour le Trophée Team Filles ? 4 équipes se sont engagées pour la 1^{ère} phase : TT des Abers, Le Folgoët/Lesneven, PPC Kerhuon, ASC Guiclan. Au terme des six rencontres aller-retour c'est l'équipe des Abers qui décroche le Titre. Félicitations aux joueuses ! Trop tardif malheureusement pour lancer une 2^{ème} phase, rendez-vous la saison prochaine, avec le même mot d'ordre : s'amuser et faire du sport sans prise de tête !



Championnats du Finistère...
C'est ce week-end que se dérouleront les 18^{ème} Championnats du Finistère. 571 inscrits représentant 43 clubs, 298 jeunes, 262 seniors, 74 doubles jeunes, 99 doubles seniors, 11 handi... Participation en hausse de 6,30 %. Oui, ça fait du monde mais pas de quoi effrayer l'équipe du Folgoët/Lesneven qui sera aux petits soins pour recevoir tout ce monde dans une ambiance de fête du Ping ! Au fait... on change toujours d'heure (moi, j'dis ça...) !

La saison des tournois...
Retenez la date : Tournoi Régional de Quimper le dimanche 21 avril à partir de 9 h 00 à la Halle des Sports d'Ergué-Armel. 10 tableaux proposés. Contact : Alain Garrec contact.qctt@gmail.com

REBONDS

Le Ping prend à revers Parkinson et Alzheimer...
Outre ses vertus récréatives et de socialisation, chercheurs et médecins louent ses nombreux atouts pour la santé. « Ce qui est intéressant avec cette activité, c'est qu'elle est intermittente, avec des phases de jeu plus ou moins intenses, entrecoupées de courtes pauses de récupération. Elle a donc l'avantage de solliciter le système cardio-respiratoire, ce qui développe l'endurance », explique Sébastien Ratel. Cet enseignant-chercheur en physiologie de l'exercice à l'université Clermont-Auvergne énumère aussi les bénéfices pour la coordination, l'équilibre, l'adresse, la vitesse de réaction, la prise de repères spatio-temporels, la vision périphérique... Le Médicosport-santé, dictionnaire qui évalue quatre familles de paramètres (condition physique générale, système musculo-squelettique, fonctions cognitives, intérêt psychosocial), cite les effets potentiels du ping « très importants » – score maximal – sur les fonctions cognitives et la condition physique, et « importants » sur le système musculo-squelettique.

Sur votre agenda

- **Vendredi 5**
Championnats Seniors
J5 Ph 2
- **Samedi 6**
Championnat Jeunes
J6 Ph 2
- **Samedi 6**
Championnat National
N1 : Lille / RP Fouesnant
N1 F : Agen / TT Loperhet
N2 F : Thorigné-Fouillard/Loperhet
N3 : Saint-Julien / RP Fouesnant
N3 : St-Divy Sport TT / St-Avertin
- **Samedi 6**
Championnats Seniors
J5 Ph 2
- **Dimanche 7**
Championnat Régional
J5 Ph 2
- **Mardi 9**
Championnat Pro B
Dames
- **Samedi 20/Lundi 22**
Championnat de France
Vétérans (Essonne)
- **Samedi 20/Lundi 22**
Championnat de France
Juniors/Minimes (14)
- **Vendredi 26**
Championnats Seniors
J6 Ph 2
- **Samedi 27**
Championnat Jeunes
J7 Ph 2
- **Samedi 27**
Championnat National
N1 : RP Fouesnant / Lyon
N1 F : TT Loperhet/St-P. les Elbeuf
N2 F : Loperhet/St-Pierre les Elbeuf
N3 : RP Fouesnant / Le Mans
N3 : La Romagne / St-Divy Sport TT
N3 F : TT Loperhet / St-Nazaire
N3 F : Laval / Quimper CTT

Directeur de la publication :
Stefano De Blasio
Réalisation et rédaction :
Hélène Huon, Aurélie Nedelec