

Editorial :

Ca y est 2022 est arrivé et nous ouvre grand ses bras pour un second semestre tennistique exceptionnel. Notre objectif sur cette seconde période de la saison c'est de redorer son blason au terme « positif ». Essayons de mettre de côté les tests PCR et autres test antigéniques pour revoir ce mot tel qu'il devrait être. Soyons positifs sur notre façon de pratiquer le tennis, soyons positif à l'idée de voir les copains et copines à l'occasion des entraînements et des rencontres. Pour bien profiter ensemble de tous ces moments, nous vous proposons de nombreuses activités où il ne tiendra qu'à vous de vous inscrire. Donc dès à présent, notez les stages, les TMC, les plateaux sur vos agendas, vos calendriers ou vos tablettes et soyons optimistes pour les mois à venir.

Comment est construit le programme technique que suit votre enfant au sein du TC Ludres ?

L'année est découpée en 3 trimestres, ou chacun a ses caractéristiques propres. Chaque trimestre est composé de séances « techniques » et de séances « jeu et match ».

Les séances techniques concernent tous les coups du tennis : coup droit et revers de fond de court, volée de coup droit et de revers, smash et service. Ces coups sont travaillés à tous les niveaux, y compris en initiation car nous considérons que les apprentissages sont transversaux. Ce que l'enfant apprend à la volée, lui servira également en fond de court.

Les séances jeu et match se font en simple mais aussi en double.

- **Le 1^{er} trimestre** enchaîne des cycles de 3/4 séances techniques, puis 1 séance match.
- **Le 2^{ème} trimestre** alterne 2/3 séances techniques pour une séance match.
- **Le 3^{ème} trimestre** qui est composé de 1 à 2 séances technique pour une séance match.

Tout au long de l'année, le programme laisse de plus en plus la place au jeu ! La technique constitue un socle important des apprentissages mais nous souhaitons former aussi et avant tout des joueurs, capable d'être très vite autonome sur un terrain ! L'idée étant étant de l'initier et de le faire progresser dans tous les compartiments du jeu...

L'apprentissage du tennis est un travail de longue haleine. De nombreuses années sont nécessaires. L'enfant devra faire preuve de persévérance, de patience, de volonté et d'assiduité, valeurs qui lui serviront aussi dans sa vie d'adulte.

Laurent

Le staff technique

Rodrigue LEDUC, 35 ans, titulaire d'un DE (Diplôme d'Etat) option tennis et diplômé d'un master en "préparation physique et mentale"

Sofiane BOUDJELEL, 39 ans, titulaire d'un DE option tennis

Benjamin BEISBARDT, 40 ans, titulaire d'un DE option tennis

Laurent DISPOT, 54 ans, titulaire d'un DES (Diplôme d'Etat Supérieur) option tennis et d'un DU (Diplôme Universitaire) en "préparation mentale et psychologique du sportif"

Que des enseignants professionnels ! Dont 2 formés (Benjamin et Rodrigue) au TC Ludres...

● Stages en février :

Stage 1 : 07 au 10 de 14h à 17h.

Stage 2 : 14 au 17 de 9h à 12h.

Stage 2 : 14 au 17 de 14h à 17h.

Les stages se dérouleront au plateau

Une journée compétition libre sera organisée vendredi 15 février au plateau. L'objectif est de faire jouer 3 matchs aux joueurs-ses sur un format court.

Contactez Laurent au 06-23-85-14-01

● Ecole de Tennis :

Il n'y aura pas de cours la semaine du 23 mai (semaine 21). L'équipe proposera cependant des animations pour le WE de l'Ascension (plus d'infos dans le prochain bulletin)

Les jeunes Joueurs du TC à l'honneur :

Résultats du championnat jeunes joué à l'automne :

- 13/14 Filles** : 4^{ème} (Clémence, Ines, Kayla et Manon)
13/14 Garçons 1 : 1^{er} et **Champion Départemental** (Anthony K, Léo, Sacha)
13/14 Garçons 2 : 1^{er} (Mael, Milan, Théo, Timeo, Victor)
15/16 Garçons 1 : 4^{ème} (Alexandre, Anthony R., Axel, Clément D.)
15/16 Garçons 2 : 4^{ème} (Clément A, Clémentin, Cyprien, Jocelyn, Pacome, Ziad)



Cyprien Grosdemange a passé avec succès la première sélection des ramasseurs de Roland, à Strasbourg en décembre.

La seconde phase se déroulera du 21 au 24 avril à Troyes.



Lettre d'information de l'Ecole de Tennis

Les Tournois jeunes :

Après 2 ans, le TC Ludres organisera cette année un tournoi (homologué) pour les jeunes. Il se déroulera du **04 au 19 juin 2022**. L'inscription se fera via Ten'Up et un tarif préférentiel sera pratiqué pour les jeunes du TC Ludres.

- Tournoi jeune garçon ESSEY LES NANCY TC, ESSEY LES NANCY 5 févr. 2022 20 févr. 2022
- Tournoi jeune fille ESSEY LES NANCY TC, ESSEY LES NANCY 12 févr. 2022 20 févr. 2022
- Filles 13/14 PULNOY TC DU GREMILLON, PULNOY 26 mars 2022 26 mars 2022 PULNOY TC DU GREMILLON, PULNOY 29 janv. 2022 29 janv. 2022
- SYLPHIDES NANCY FORET DE HAYE TC, BOIS DE 1 avr. 2022 3 avr. 2022
- SYLPHIDES + NANCY FORET DE HAYE TC, BOIS DE HAYE 1 avr. 2022 3 avr. 2022

Les TMC :

- TMC 11/14 GARÇONS (NC - 30/2) - WELL TENNIS NANCY WELL TENNIS CLUB, LAXOU 17 févr. 2022 18 févr. 2022
- TMC les petits Ducs et Duchesses NANCY WELL TENNIS CLUB, LAXOU 4 févr. 2022 6 févr. 2022
- TMC ORANGE (MIXTE) - WELL TC NANCY WELL TENNIS CLUB, LAXOU 16 févr. 2022 16 févr. 2022
- TMC VERT (MIXTE) - WELL TC NANCY WELL TENNIS CLUB, LAXOU 16 févr. 2022 16 févr. 2022
- TMC Garçons 13/14 ans 30/1 à 15/3 VANDOEUVRE US, VANDOEUVRE LES NANCY 7 févr. 2022 9 févr. 2022
- TMC 11/12 Garçons de NC à 30/1 VANDOEUVRE US, VANDOEUVRE LES NANCY 10 févr. 2022 12 févr. 2022
- Filles 13/14 PULNOY TC DU GREMILLON, PULNOY 26 mars 2022 26 mars 2022 PULNOY TC DU GREMILLON, PULNOY 29 janv. 2022 29 janv. 2022
- TMC 13/16 ans Filles LUDRES TC, LUDRES m 11 févr. 2022 11 févr. 2022
- SYLPHIDES NANCY FORET DE HAYE TC, BOIS DE HAYE 1 avr. 2022 3 avr. 2022
- SYLPHIDES + NANCY FORET DE HAYE TC, BOIS DE HAYE 1 avr. 2022 3 avr. 2022

IX^{ème} Challenge des Jeunes Compétiteurs

Classement provisoire au 01 février 2022

Tous les matchs n'ont pas été pris en compte. Attention, n'oubliez pas de **transmettre** les infos concernant les match individuels sur le site du club, rubrique « challenge jeunes »

1	Léo GARLAND	520 points	17	Andréa SARAGOSSE	75 points
2	Maël SYLVAIN	445 points	20	Thomas-Alexandre HENRY	70 points
3	Clémentin DEMANGE	260 points	20	Théo CHIOTTI	70 points
4	Kayla TISSERAND	230 points	22	Anthony ROLLOT	65 points
5	Etienne FAIGLE	190 points	23	Nayel OUSSALAH	60 points
6	Manon FIAGLE	185 points	22	Victor BERTIN	60 points
7	Anthony KABLITZ	165 points	25	Rose KELLER	50 points
8	Lucie TOUSSAINT	150 points	25	Ziad HANRIOT	50 points
9	Cédric LOMBARD	125 points	25	Clément DEMANGEON	50 points
10	Axel SCHAACK	100 points	28	Lola BROUT	45 points
11	Lilou CHONE	95 points	29	Cyprien GROSDÉMANGE	40 points
11	Sacha SARAGOSSE	95 points	30	Timéo THOMAS	30 points
11	Clémence GROSDÉMANGE	95 points	31	Félicie WYRWAS	25 points
14	Alexandre PICARD	90 points	32	Milan GAND	20 points
14	Clément ANDRE	90 points	33	Jocelin BROUILHET-LABOISSIER	15 points
16	Aymen OUSSALAH	85 points	34	Pacôme WYRWAS	10 points
17	Léonie KELLER	75 points	34	Inès HANRIOT	10 points
17	Rose BATTISTON	75 points	36	Olivia LEBLOND	5 points

Perf du mois : Léo Garland, 30/1 qui gagne à 30

Pour nous contacter ?
Pour être informé ?

Communication :

www.tcludres.com

Facebook : tennis club ludres

Téléphone :

Laurent (responsable technique) 06-23-85-14-01

Jean-Pol (responsable administratif) 06-87-98-08-57

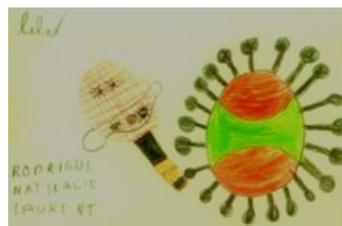
Mel :

Ecole de tennis : tennisclubludres@gmail.com

Secrétariat club : cg.tcludres@gmail.com

Publie ton dessin

En plus de jouer au tennis, tu as une âme d'artiste ? Bravo ! Envoie nous tes dessins et, s'il est sélectionné pour un jury, il pourra être publié dans cette lettre et sont disponible sur facebook.



Vidéo à voir sur Facebook