



N° 141 – ÉTÉ 2023

LE CHARDON

Bulletin du Tennis Club de Coutainville - Fondé en 1898
Affilié à la Fédération Française de Tennis



18, avenue des tennis 50230 AGON COUTAINVILLE Tél. 02 33 47 08 90 tccoutainville@fft.fr

www.tenniscoutainville.com



CLUB
TENNIS · AQUA · FITNESS
MARCHÉ NORDIQUE
SANTÉ

le Programme

CENTRE VILLE PLACE GÉNÉRAL DE GAULLE

10 & 11 AOÛT
COURT D'URBAN TENNIS
CONCOURS VITESSE DE
SERVICES
TOMBOLA

AU CLUB

24 & 31 JUILLET
STAGES MULTISPORTS

9 AOÛT
RELAIS JEUNES
TENNIS - NATATION

12 AOÛT
DÉFILÉ DE
VOITURES ANCIENNES
SOIRÉE DES 125 ANS

13 AOÛT
COUPE DES FAMILLES

14-23 AOÛT
TOURNOI OPEN DE TENNIS



NOS JOIES, NOS PEINES

Naissances

Marie-Apolline, 5 mars 2023 au foyer d'Annelise et Amaury LEBRETON.

Gustave, le 1^{er} août 2022 au foyer de Gwénaëlle DAVID et Florian DE BERG

Mariages

Orlane PERRIN-DELIRY avec Aurélien DEVINES, le 8 août 2022 à Agon-Coutainville

Camille PRIEUR avec Joy MANCHE, le 6 août 2022 à Agon-Coutainville

ACTUALITÉ – LA VIE DU CLUB

ACCUEIL

Comme tous les ans, le club proposera de nombreuses activités d'animation coordonnées en juillet et août par Mathilde SANFOURCHE, Thomas SANFOURCHE et Côme PRIEUR. Toute l'année, c'est Matéo LEBARBEY qui vous accueille.



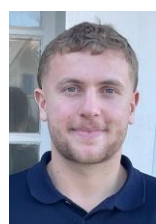
Mathilde



Thomas



Côme



Matéo

CALENDRIER ETE 2023

JUILLET

15 au 21	Tournoi FFT des jeunes
Ma 11 & 25	Coupe Dieu le Veult
Je 13 & 27	Coupe des familles
Sa 15	Dîner
24/28 et 31/4	Stage multisports

Ecole de tennis, lundi au vendredi, stages collectifs & particuliers
Activités aquatiques & cours natation, lundi au vendredi
Ateliers d'Isa, me. au ve., cours d'aquarelle, pastel, acrylique

AOÛT

Ma 1 & 8	Coupe Dieu le Veult
Je 3	Coupe des familles
Me 9	Relais tennis – natation
J10 & V11	Urban tennis en centre-ville
Sa 12	Défilé de voitures anciennes et Soirée anniversaire des 125 ans
Di 13	Coupe des familles des 125 ans
Lu 14	Assemblée générale
14 au 23	Tournoi FFT séniors et séniors+ des 125 ans
Me 23	Journée Tennis Santé

Ecole de tennis, lundi au vendredi, stages collectifs et particuliers
Activités aquatiques & cours natation, lundi au vendredi
Ateliers d'Isa, me. au ve., cours d'aquarelle, pastel, acrylique

Nous apprenons avec beaucoup de tristesse le décès de :

Patrice GARREAU, le 16 avril 2023 à l'âge de 74 ans.

Marie Christine LESPINAS, le 14 avril 2023 à l'âge de 78 ans.

Bernard LAFOSSE, le 29 mars 2023 à l'âge de 87 ans. Ancien comitard, membre perpétuel, joueur par équipe du TCC et père d'Agnès, Armelle et Hélène,

Violette BROCHARD, le 22 mars 2023 à l'âge de 96 ans.

Michel BRULE, le 4 février 2023 à l'âge de 90 ans.

Maryse BRULE, le 6 juillet 2022 à l'âge de 85 ans.

Tous les 2 membres perpétuels depuis 1977

Gérard GROULT, le 28 juin 2022 à l'âge de 91 ans. Il était le père de Benoit GROULT.

Que les familles trouvent ici l'expression de nos plus sincères condoléances.

N'hésitez pas à nous envoyer vos faire-part par courrier ou par mail : tccoutainville@fft.fr

ÉDITO

Chers membres du TCC,
Voilà 125 ans que le TCC a été créé, les petits enfants que l'on voit maintenant jouer au tennis représentent la 6^{ème} ou 7^{ème} génération de petits TCCéens.

Bien sûr les temps ont changé depuis que les créateurs du club, Louis LEBEL JEHENNE et son équipe d'amis, qui sont nés dans les années 1870/1880 au début de la révolution industrielle avec l'électricité, le téléphone, le train et la création de clubs sportifs, ont réalisé cette première étape. Aujourd'hui, nos petits-enfants pianotent déjà le portable de leurs parents mais ont un point commun avec leurs ancêtres : ils sont heureux de pratiquer le tennis et se sentent bien au TCC avec leurs copains, leurs parents et grands-parents.

C'est dans cet objectif de continuité que nous avons lancé l'idée de l'Espace Bien-être le Chardon Bleu, il y a 3 ans et que nous avons réalisé la piscine, l'espace fitness et la salle de sport qui sera ouverte cet été afin de mettre toutes ces installations à disposition de tous les membres pour regrouper toutes les générations.

Nous avons eu la satisfaction de voir revenir au TCC, un nombre d'adeptes du club qui avait abandonné le tennis pour de multiples raisons et qui se sont inscrits dans les différentes nouvelles activités.

C'est un succès car nous avons comptabilisé cette saison, 738 membres qui se sont inscrits au tennis ou à une autre activité. Nous devons à cette occasion encore remercier tous les bénévoles du club qui ont œuvré à la réalisation de ces nouvelles activités et à la gestion du club qui est devenu, aujourd'hui, une petite entreprise employant 5 salariés à temps plein ou partiel.

Maintenant, place au futur, j'ai eu l'honneur d'avoir eu à organiser les fêtes du Centenaire, celles des 120 ans et bientôt celles des 125 ans, je suis certain que celles des 150 ans seront exceptionnelles et que nos jeunes auront repris le flambeau du TCC.

Très sportivement,

Bernard HEIMENDINGER, Président

COURS DE FITNESS

Une belle année vient de s'écouler avec plus de 60 personnes aux différents cours.

Ils reprendront en septembre 2023 avec vos professeurs Mélaïne et Matéo.

7 cours par semaine : stretching, gym douce, pilates, renforcement musculaire et articulaire...

Pensez à vous inscrire en ligne dès maintenant pour la rentrée.



ENSEIGNEMENT

L'ÉCOLE DE TENNIS

L'école de tennis du TCC, une école d'excellence pédagogique pour tous les niveaux de pratique.

Hélène LAFOSSE, Monitrice DE avec une expérience de haut niveau. ex 2/6, plusieurs fois Championne de Normandie et participations aux Championnats de France individuels et par équipe.

Différents cours :

Le Club Mini-Tennis dès 4 ans, initiation, perfectionnement et compétition pour jeunes et adultes, stages et leçons individuelles.

Renseignements et inscriptions sur le site du club



ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Les ateliers d'ISA reviennent du 12 juillet au 25 août, les mercredis, jeudis et vendredis matin, de 10h30 à 12h, venez-vous initier aux pratiques artistiques : l'aquarelle, l'acrylique et les pastels secs.

Accessible à tout âge et à tous niveaux.

Infos et inscriptions :
06 09 44 33 16



COMPÉTITION

TMC MESSIEURS

Le 11 juin, le TCC a organisé un TMC limité à 12 participants de NC à 30. Cette formule de tournoi s'est déroulée sur 1 journée avec déjeuner barbecue sur la terrasse. Une belle ambiance et de beaux matchs acharnés toute la journée.

Bravo aux représentants du TCC, Dimitri, Laurent et Gilles. Merci également à Isabelle, notre juge-arbitre adjointe pour l'organisation des matchs.

Le gagnant, Kenny BRINVILLIER 30/1 bat Guillaume SADOT 30/1, 4/1 4/0

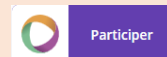


Samedi 12 août

Soirée des 125 ans

Inscrivez-vous rapidement 🎯

tenniscoutainville.fr



DERNIÈRE MINUTE

Le TCC proposera

à partir de septembre, une nouvelle activité, le PING SANTÉ. Cette 5^{ème} activité santé sera organisée en collaboration avec le club de tennis de table de Gouville-Coutainville.



LA VIE DU CLUB

CONTRÔLE URSSAF

En date du 22 novembre 2022, nous avons été saisis d'un avis de contrôle de l'URSSAF.

Nous avons donc 6 semaines pour nous préparer à ce contrôle portant sur les années 2020 et 2021 et sur les thèmes : documents sociaux, comptables, financiers, administratifs et juridiques
Objet du contrôle : Application des législations relatives aux cotisations et contributions obligatoires recouvrés par les organismes du recouvrement

Le 24 janvier, Mme LEFRANC a effectué ses contrôles en la présence de Gilles, le contrôle a duré 4H.

En date du 25 janvier, une lettre d'observation reçue rendait compte du contrôle.

Mme LEFRANC a salué la bonne tenue de tous les éléments contrôlés et indiqué qu'aucune anomalie n'était observée.

Ce qui est très rarement observé dixit Mme LEFRANC.

Merci à Gilles pour la bonne tenue des comptes.

INAUGURATION DU CHARDON BLEU, L'ESPACE BIEN-ÊTRE



Après 10 mois de travaux, le Chardon Bleu a été inauguré le 10 août 2022 en présence de plusieurs centaines membres et des élus.

Lors du discours du Président, Bernard Heimendinger a mentionné les différentes étapes de ce projet décidé par les membres, il y a 3 ans.

Le Président a remercié les différentes entreprises qui ont su tenir les délais pour terminer le chantier mi-juin et les membres bénévoles du club qui ont aidé pour les derniers travaux de peinture et décoration.

Cet espace est un véritable plus pour le TCC et les habitants des communes aux alentours.

Cette soirée s'est poursuivie autour d'un cocktail dans les jardins du club.



UN PARTENARIAT ENTRE LE TCC & LA SNSM D'AGON COUTAINVILLE

Le samedi 4 février 2023 le TCC accueillait au club les membres bénévoles et dirigeants de la SNSM Société Nationale de Sauvetage en Mer d'Agon-Coutainville pour leur présenter les nouvelles installations du Centre de Bien Être ouvert le 4 juillet 2022.

Depuis février, le Comité du TCC a proposé gracieusement à la SNSM de venir s'entraîner toutes les semaines de l'année à la piscine du TCC, ce qui leur a donné une grande satisfaction.

Une convention de mise à disposition des installations a été signée par les 2 Présidents, Jacques MACON Président de la SNSM d'Agon-Coutainville et Bernard HEIMENDINGER Président du Tennis Club de Coutainville.



LE CHARDON BLEU, L'ESPACE BIEN-ÊTRE



Cette première année de fonctionnement de nos nouvelles activités aquatiques, de natation et de fitness a donné toute satisfaction, tant au niveau des dirigeants du Club qui voient ainsi récompensé le choix de cette diversification réussie, qu'à celui des participants et participantes qui ont tous très appréciés de pouvoir profiter des nouvelles installations dans d'excellentes conditions.

En tout, 24 cours d'Aquagym, d'Aquamixt, d'Aquabike, d'Aquabody, d'Aquaconfiance, d'AquaSanté et de natation ont été proposés chaque semaine, complétés par une

soixantaine de stages pendant les vacances scolaires et 5 séances de fitness par semaine.

Finalement, avec le tennis, plus de 730 personnes participent ou ont participé à ces différentes activités, un réel succès.

Nous ne pouvons que féliciter nos nouveaux enseignants, en premier lieu la charmante, souriante et toujours dynamique MÉLAINE, ÉRIC et, JULIEN pour le fitness, qui se sont investis à fond, dès le premier jour, sur notre projet et ont ainsi été des pièces maîtresses pour la réussite de celui-ci.

Les nouvelles formules proposées en cours de saison, celle des 2 heures /semaine d'accès libre piscine et sauna et la possibilité d'invitations adultes et/ou jeunes famille ont également beaucoup plu.

Le nouveau programme 2023/2024 est calqué sur celui de la première saison avec seulement quelques adaptations tenant compte des souhaits des membres et de nos enseignants.

Il est encore temps de vous inscrire ou de vous réinscrire, mais ne tardez pas trop...

VENIR À LA PISCINE, C'EST ...

Nous sommes malheureusement obligés de rappeler à nouveau à tous nos membres **les règles sanitaires et d'hygiène** définies dans le règlement du Chardon Bleu.

1. Retirer et remettre vos chaussures dans le couloir ou à l'entrée du vestiaire,
2. Prendre obligatoirement une douche savonnée avant d'entrer dans le bassin,
3. Venir à la piscine, c'est venir sans crème, sans huile solaire, sans maquillage et sans parfum.

Le respect de ces règles est essentiel, d'abord pour le bien-être de tous, pour faciliter l'entretien quotidien de l'eau et ne pas augmenter le % de chlore dans la piscine. Nous comptons sur vous.



NOUVELLE ACTIVITÉ

A partir de septembre, nous proposons :
LA MARCHÉ NORDIQUE

La marche nordique est un sport de plein air, d'endurance et aérobique qui consiste en une marche accélérée avec des bâtons de marche spécifiques.

Thomas LAISNEY, moniteur diplômé encadrera 2 cours les mercredis.



SPORT SANTÉ

C'EST QUOI LE TENNIS SANTÉ ?

Le dimanche 23 août vers midi, Hélène LAFOSSE fera une démonstration, sur le court, de ce qu'est une séance de TENNIS SANTÉ.

Labellisé par la FFT, le TCC propose dès septembre prochain un cycle de 10 séances renouvelables à des patients atteints de pathologies chroniques à qui leurs médecins traitants ont conseillé de reprendre une activité physique douce.

Ces cours seront organisés en partenariat avec PLANETH PATIENT et le G.O.S.M. (Groupement Oncologie Sud Manche) qui apporteront également une aide financière réduisant le coût de l'inscription.



Venez nombreux. Tous les renseignements sur le site du club.

TOURNOI OPEN 2022, UNE TRÈS FORTE PARTICIPATION

Sous un ciel variable les premiers jours et beau ensuite, les nombreux matchs se sont joués dans une très bonne ambiance.

Lors de la remise des prix, Bernard HEIMENDINGER, Président, a indiqué une très forte participation cette année avec de nombreux joueurs de toute la France et de l'étranger. La participation totale sur toutes les épreuves s'élève à 207 participants en simple et 44 équipes de double.

Il a remercié les clubs voisins pour la mise à disposition des terrains couverts les jours de pluie, les différents commerçants partenaires du club et les membres pour la bonne organisation de ce tournoi.

Les finales se sont déroulées devant plusieurs centaines de spectateurs.

La gagnante du simple dames est Sol RABIN et le gagnant en simple hommes est Hugo HUET-LEROY.



Vainqueurs et Finalistes séniors 2022

SD : Sol RABIN -2/6 bat Fanny ODON 2/6
6/1 6/1

SH : Hugo HUET-LEROY 0 bat Sami ARFAOUI 0
3/6 6/3 6/2

H +35 : Pascal LECONTE 30/1 bat Vincent LEPETIT 30/2

H +45 : Stephan HILLHOUSE 5/6 bat Philippe FOUCHARD 15/3

H +55 : Benoit POUILLAIN 15/4 bat Pascal BONHEME 15/5

H +65 : Michel AHUNON 15/4 bat Philippe LENOIR 30/1

DH : Aurélien et Anthony DEVINES battent
Sami et Karim ARFAOUI

DM : Adèle WOJTROWIAK / Nils DUMARD battent
Manon et Rémi VIEL

DD : Fabienne et Alison LACOUILONCHE battent
Elisabeth MARIE / Eliane ROUBAUD



COMPÉTITION JEUNES

TOURNOI DES JEUNES 2022

Le tournoi des jeunes du TCC, inscrit dans le Challenge du Cotentin crée il y a 8 ans par le TCC, regroupant le TC Granville, St Pair sur Mer et Bréhal, s'est terminé le 22 juillet avec de belles finales et sous le soleil.

Ces 4 tournois ont connu une belle fréquentation avec plusieurs centaines de jeunes.

Au TCC, Bernard Heimendinger, lors de la remise des prix a annoncé 96 participants.

A noter de nouveau cette année, le nombre important de participants dans la catégorie des 8/10 ans. C'est une bonne nouvelle pour les années à venir.

Le gagnant du Challenge du Cotentin est Martin SAVARY avec 2 victoires et 2 fois finaliste.



• RDV en 2023 : Challenge du Cotentin 9 au 21 juillet et épreuve au TCC 15 au 21 juillet •

Vainqueurs et finalistes jeunes 2022

Mixte

8/10 ans orange : Lou DOERFLINGER

8/10 ans vert : Paul RAME 30/2

Filles

12/14 ans, Juliette PIPY 30/1 bat Céleste EROUT

30/4, 6/2 6/2

15/18 ans, Camille LEPETIT 15/1 bat Clara LE

TOUZE 15, 7/6 4/6 6/4

Garçons

11/12 ans, Augustin HARDY 30/2 bat Marceau DOERFLINGER
30/4, 6/0 6/0

13/14 ans, Jules GLORIT 15/5 bat Louis COLANGE 30, 6/1 6/3

15/16 ans, Antoine LE TOUZE 15 bat Emilien MARTIN 15/2, 6/0 6/4

17/18 ans, Meryl GENEVRIER 2/6 bat Clément BEURIOT 4/6, 6/2

6/1

ESPACE SALLE DE SPORT

Dans le cadre de la réorganisation de nos bâtiments et du transfert des vestiaires Tennis dans notre nouveau complexe piscine, nous disposons désormais des anciens vestiaires tennis.

Pour des raisons économiques, il n'était pas raisonnable de maintenir un si grand nombre de douches, toilettes...ce qui représentait un cout d'entretien journalier important.

Après réflexion, nous avons décidé de transformer cet espace en salle de sport.

Cela a été facilité grâce au travail incroyable, acharné de Bruno GUILLON et Benoit GROULT qui ont démolé les cloisons, le plafond et ensuite reconstruit le doublage, l'isolation et enfin la peinture avec l'aide de leur épouse.



Benoit GROULT – Bruno GUILLON

Nous les remercions très vivement, ce qui nous permet aujourd'hui de disposer d'une magnifique salle de sport.

Celle-ci va être équipée du matériel que nous avons acheté : appareil cardio training, vélos, vélo elliptique, tapis de course, station de musculation et enfin d'un rameur offert par Monsieur Roger LEBRANCHU, JO Londres 1948, et champion du monde vétéran d'aviron.

L'utilisation de cet espace sera ouvert à tous les membres du club (+16 ans) avec seule restriction pour des raisons de sécurité, ils devront avoir fait un entraînement préalable avec Matéo pour apprendre à se servir de tous ces appareils.



NOUVELLE ACTIVITÉ

LE PICKLEBALL EST ARRIVÉ AU TCC

Installé sur le court n°7 dès juillet, le pickleball est un sport de raquette qui combine des éléments du tennis, du padel, du badminton et du tennis de table. Il se joue avec une raquette et une balle perforée en plastique sur un terrain de badminton au-dessus d'un filet de tennis. Le pickleball est habituellement joué en double mais aussi en simple pour ceux qui recherchent un plus grand défi. C'est un sport toutes saisons qui peut être joué tant à l'intérieur qu'à l'extérieur.



La popularité du pickleball est en plein essor en Amérique du Nord avec 5 millions de pratiquants et dans d'autres pays en raison d'un large éventail de facteurs.

Ce sport est très amusant à jouer pour tous les âges et niveaux de jeu, du débutant au champion. Les règles, les équipements et les dimensions du jeu créent un sport unique qui fournit des échanges (rallies) longs et dynamiques durant tout le jeu. Dans le pickleball, le placement et les tactiques du jeu de la balle sont plus importants que la puissance et la vitesse.

Ceux qui ont une bonne coordination œil-main et une bonne compréhension de la stratégie de ce sport peuvent concurrencer efficacement des adversaires plus agiles et puissants.

Pour découvrir, regardez le film [ici](#)

UNE BELLE JOURNÉE ASSOCIATIVE

Dimanche 7 mai sous le soleil, ce sont près de 25 membres du Club qui s'étaient donnés rendez-vous pour procéder à divers travaux centrés sur le nettoyage et la remise en état de nos espaces verts et plantations.

Sous la baguette de notre chef d'orchestre, Gilles REINLING, tout le monde y est allé de bon cœur avec ses outils, sécateurs, coupe-haies, râteaux, bêches, et tondeuses.

L'ambiance était au top pendant toute cette journée, depuis le café d'accueil avec gâche et chouquettes, lors de l'apéro et surtout du barbecue très convivial réunissant à midi l'ensemble des participants. Prochaine journée, le 2 juillet... on compte sur vous...



NOS PARTENAIRES

Ils ont accepté de soutenir le club au travers d'une convention de partenariat. Le comité les remercie publiquement de leur engagement. Nous invitons tous les membres à faire appel à leurs services.



Vous souhaitez adhérer au club des partenaires, Contactez-nous au 07 86 38 03 57.

-> Les Nouveaux partenaires :



QUINCALLERIE DU CENTRE
Olivier GUENON
Quincaillerie, droguerie, jardin
Electroménager.



LE SABLE D'OR
Sandrine et Hervé FRANCOIS
Boutique de décoration
et vêtements.



MCO Menuiserie de la Côte Ouest
Cécile VIEVAL et son équipe
Agencement d'intérieur & d'extérieur,
cuisine, salle de bain, dressing,
bibliothèque, parquet, terrasse.

LA VIE DU CLUB

MATEO ... UN JEUNE EN FORMATION



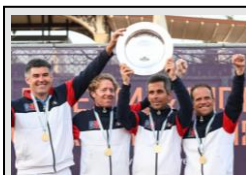
Matéo LEBARBEY âgé de 22 ans nous a rejoint le 20 février 2023. En CDD jusqu'en septembre 2023, il occupe les fonctions d'accueil, de secrétariat et d'entretien des espaces piscines et extérieurs.

Déjà titulaire d'un BPJEPS Activité de la Forme et Musculation, le TCC lui a proposé de l'accompagner à poursuivre ses études pour obtenir en juin 2024 un BPJEPS AAN Activités Aquatiques et Natation Maître-Nageur Sauveteur. Ainsi à compter de septembre 2023, il sera en contrat d'apprentissage jusqu'en mai 2024.

Dès septembre 2023, il pourra encadrer des activités de Fitness et proposer du coaching sportif dans la nouvelle salle de sport.

À partir de juin 2024, après obtention de son diplôme, il rejoindra l'équipe des Maîtres-Nageurs Sauveteurs du TCC et pourra alors encadrer nos activités aquatiques et donner des cours de natation ...

Nous lui souhaitons pleine réussite avec le TCC.



L'équipe hommes séniors+45 a remporté en mars la médaille d'or aux championnats du monde en Turquie.

Bravo à l'équipe de France et particulièrement à Guillaume LEGAT.

STEPHAN ... UN NOUVEAU MAÎTRE-NAGEUR SAUVETEUR



Agé de 54 ans, originaire du Coutançais, Stephan MABIRE a été dans la Vienne, après 20 ans aux Pompiers de Paris et diverses autres missions.

Ancien nageur de haut niveau, Champion du Monde des Sapeurs-Pompiers en 50 et 100 m nage libre aux Jeux Mondiaux des Sapeurs-Pompiers aux Etats Unis en 1984. Il va prendre le poste d'entraîneur Adjoint du Club Nautique de Coutances. Il sera chargé de former les jeunes nageurs à l'Ecole de Natation, la compétition pour les jeunes "Avenir", les vétérans en "Master" et les activités aquatiques.

Afin de compléter ses activités, il encadrera dès juillet, les activités aquatiques et cours de natation au TCC pendant 1 an. Nous lui souhaitons la bienvenue.



Le TCC a décidé de candidater à d'obtention du label fédéral « club FFT engagé » qui reconnaîtra sa volonté d'agir et de se développer dans une démarche sociale et environnementale pour accroître l'écoresponsabilité de ses pratiques.