



N° 143 – ÉTÉ 2025

# 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](http://www.tenniscoutainville.com)



*Mon club sport & bien-être*

## NOS JOIES, NOS PEINES

### Naissances

Louise, le 1<sup>er</sup> février 2025 au foyer de Claire et Damien VUILLAUME

Malo, le 18 octobre 2024 au foyer d'Orlane et Aurélien DEVINES-PERRIN

Marius, le 22 septembre 2024 au foyer de Charlotte REINLING et Thibault SIMON.

## ACTUALITÉS – LA VIE DU CLUB

### ACCUEIL

Comme tous les ans, le club proposera de nombreuses activités d'animation coordonnées en juillet et août par Déva GOMES, Gauthier LOUBES et Mika POLLE HUTIN.



Déva



Gauthier



Mika

## CALENDRIER ÉTÉ 2025

### JUILLET

|                 |   |
|-----------------|---|
| Je 10 / 24 / 31 | Coupe des familles                            |
| Sa 12           | Ouverture de l'exposition                     |
| 12 au 31        | Exposition 'Olympisme, une histoire du monde' |
| Di 13           | Coupe de Pickleball                           |
| 15 au 20        | Tournoi FFT des jeunes                        |
| 21 au 25        | Stage jeunes quadrathlon                      |

### AOÛT

|           |   |
|-----------|---|
| 1 au 23   | Exposition 'Olympisme, une histoire du monde' |
| 4 au 8    | Stage jeunes quadrathlon                      |
| Lu 4 & 11 | Coupe des 3 raquettes                         |
| Je 7      | Coupe des familles                            |
| Lu 11     | Assemblée générale                            |
| Ma 12     | Coupe de doubles                              |
| Ma 12     | Garden party                                  |
| 13 au 23  | Tournoi FFT séniors et séniors+               |

#### Juillet & août

Ecole de tennis, lundi au vendredi, stages collectifs et particuliers

Activités aquatiques & cours natation, lundi au vendredi

Ateliers d'Isa, ma. au je., cours d'aquarelle, pastel, acrylique

#### AVIS DE RECHERCHE

Pour les archives du club, nous recherchons **le Chardon Bleu n°98 de l'été 1993**  
Tous dans vos greniers..., nous comptons sur vous... Merci d'avance.

### Nous apprenons avec beaucoup de tristesse le décès de :

Jean-Louis BROTELANDE, le 15 mars 2025 à l'âge de 68 ans. Père de Pauline CHAZOUILLERE et beau-père de Cédric.

André ALEXANDRE, le 29 janvier 2025 à l'âge de 91 ans. Epoux de Evelyne, père de Caroline et Jean-Pascal.

Alizée POLVE LEFEUVRE, le 15 janvier 2025 à l'âge de 8 ans. Belle fille de Nicolas Marescq

Roger LEBRANCHU, le 9 janvier 2025 à l'âge de 102 ans. Père d'Annie Alexandre.

Roland SAULNIER, le 27 décembre 2024 à l'âge de 83 ans.

Alain LIVORY, le 27 octobre 2024 à l'âge de 74 ans.

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](mailto:tccoutainville@fft.fr)*

## ÉDITO

Chers Membres,

Dans un contexte général difficile, notre TCC poursuit la consolidation de ses activités.

Le développement du tennis nous a permis de recevoir des félicitations de la fédération pour la plus importante progression en nombre de licenciés de Normandie.

Au moment où j'écris cet édit, nous pouvons féliciter notre équipe hommes qui monte dans une division supérieure pour la 3<sup>ème</sup> année consécutive.

Les activités du Chardon Bleu (piscine, fitness, ...) accueillent toujours plus de participants.

Nous sommes toujours dans l'étude qui est complexe pour la construction d'un Padel couvert.

Enfin, nous avons toujours un bon équilibre économique et tout cela est le résultat de l'engagement de nos bénévoles et de tous les membres qu'il faut remercier.

Le seul point noir est le désintéressement total de nos dirigeants politiques qui n'apprécient pas qu'une association puisse être bien gérée !

Nous vous attendons nombreux en famille cet été.

Cordialement,  
Bernard Heimendinger  
Président



## L'ÉCOLE DE TENNIS

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

Hélène LAFOSSE ex 2/6, anime notre école de Tennis. Elle accompagne aujourd'hui les enfants des parents qui lorsqu'ils étaient eux-mêmes enfants prenaient déjà des cours avec Hélène. ... et bientôt avec leurs petits-enfants... quelle longévité.

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 7 juillet au 29 août, les mardis, mercredis et jeudis de 10h30 à 12h, Initiation aux pratiques artistiques : l'aquarelle, l'acrylique et pastels secs.

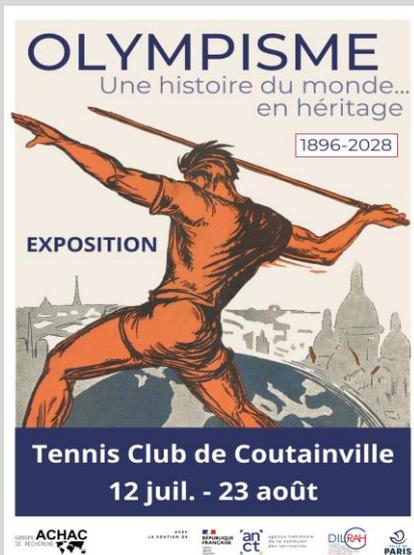
Accessible à tout âge et à tous niveaux.

Infos et inscriptions :  
06 09 44 33 16



## ÉVÈNEMENT

Le TCC accueille du 12 juillet au 23 août, l'exposition 'Olympisme, une histoire du monde en héritage'



## LE CHARDON BLEU 3 ANS DÉJÀ !

Le Chardon Bleu vient de célébrer une très belle troisième année d'existence, marquée par le succès constant de ses nombreuses activités aquatiques, de natation et de fitness, toujours plébiscitées par les participants.

Chaque semaine, pas moins de 18 cours sont proposés dans les disciplines d'Aquagym, Aquamixt, Aquabike, Aquabody, Aquaconfiance et AquaSanté, auxquels s'ajoutent 7 cours de fitness (Gym, stretching, pilates, renforcement, aéro marche...).

La fréquentation a été excellente, avec des séances quasiment complètes tout au long de l'année.

Pendant les vacances scolaires et notamment durant les deux mois d'été, près de 40 stages de natation et d'aquagym ont été organisés, au grand plaisir des participants.

En complément du tennis et des stages estivaux, ce sont plus de 700 personnes inscrites à l'année qui ont pris part aux nombreuses activités proposées par le TCC : un véritable succès !

Un immense merci à Méline et Matéo, nos enseignants dédiés aux activités aquatiques et de fitness. Leur professionnalisme, leur dynamisme et leur efficacité contribuent largement à la réussite de ce projet, en parfaite adéquation avec nos objectifs initiaux et les attentes de nos membres.

Les formules incluses dans l'adhésion continuent de rencontrer un vif succès :

- 2 heures d'accès libre par semaine à la piscine et au sauna,
- accès illimité à la salle de sport,
- invitations "jeunes famille" pour les enfants et petits-enfants mineurs (à partir de 6 ans).



Le programme 2025/2026 reste fidèle à la formule gagnante de cette année.

Nous avons déjà constaté un excellent taux de réinscription depuis le 12 mai, supérieur aux années précédentes.

Mais il reste encore des places...

N'attendez plus pour vous inscrire !

## LE SENS ET LA RECONNAISSANCE DU BÉNÉVOLAT

Le Tennis Club de Coutainville est une association à but non lucratif, régie par la loi de 1901. Son administration, sa gestion et son développement reposent sur l'engagement d'un Comité de 15 membres bénévoles, tous issus du club.

Le bénévolat est une activité librement choisie, non rémunérée, mais ô combien précieuse. Chaque membre du club, qu'il pratique le tennis, les activités aquatiques ou le fitness, peut s'impliquer et partager ses compétences.

S'engager dans la vie associative, c'est offrir un peu de son temps sans attendre de contrepartie financière — mais avec

- **Manque de visibilité** : Le travail des bénévoles est souvent discret, en coulisses. Il peut être difficile pour les membres de mesurer le temps, l'énergie et les compétences investis.
- **Attentes élevées** : Les activités sont parfois perçues comme un droit ou une prestation due, sans conscience du coût humain que cela représente.
- **Éloignement relationnel** : Tous les membres ne connaissent pas personnellement les bénévoles ni le processus derrière chaque activité.
- **Priorité au résultat** : L'attention se porte souvent uniquement sur l'activité finale, pas sur l'effort qu'elle a nécessité.
- **Méconnaissance du fonctionnement associatif** : Beaucoup ignorent que, contrairement à une entreprise, une association fonctionne principalement grâce au bénévolat.

Au TCC, ce sont 15 bénévoles et 4 salariés, au temps partiel, qui font vivre le club au quotidien.

Pour répondre à ce constat, nous nous engageons à :

- **Mettre en lumière le rôle des bénévoles**, régulièrement et concrètement ;
- **Encourager l'implication des membres**, même ponctuelle (par exemple, participer à la journée jardinage ;
- **Inviter aux retours positifs** : vos remerciements et remarques constructives sont un véritable carburant pour les bénévoles.

Focus sur deux bénévoles du Comité :

Françoise FRAPPIER  
Bénévole depuis 2013



- Accueil et accompagnement des membres lors des journées de réinscriptions
- Accueil et accompagnement des enfants lors des stages Multisports (juillet-août)
- Animation du bar du club
- Référente des activités aquatiques
- Participation à l'entretien des espaces verts du TCC

Bruno GUILLON

**Le bénévolat est le cœur battant du Tennis Club de Coutainville. Merci à celles et ceux qui donnent sans compter et à ceux qui, demain, prendront le relais, même pour un petit moment. N'hésitez pas à nous contacter...**

Gilles et Jean-Pierre.

l'attente légitime d'une reconnaissance de la part des autres membres, ceux-là mêmes qui bénéficient directement des activités proposées.

Depuis trois ans, le Comité a souhaité développer de nouvelles activités, notamment dans les domaines **aquatique et fitness**, qui faisaient défaut dans notre commune. Il s'agit ici bien d'activités et non de services au sens commercial du terme.

Or, il arrive que l'implication des bénévoles passe inaperçue. Pourquoi cette absence de reconnaissance ?

Bénévole depuis 2010



- Véritable chef de chantier du club
- Chargé des relations avec les entreprises et artisans pour tous les travaux d'entretien et de réparation, excellent négociateur
- Bricoleur hors pair, toujours une solution technique à portée de main

## LE SPORT SANTÉ... ÇA MARCHE AU TCC

Le TCC se félicite d'avoir réuni un grand nombre de participants à ses activités «Sport Santé».

Un grand merci à Mélaïne et Hélène, les coachs aquatiques/fitness et tennis, fidèles organisatrices de cycles de cours aux patients atteints de pathologies chroniques à qui leurs médecins traitants ont conseillé de reprendre une activité physique douce.

Renseignez-vous au secrétariat et parlez-en à votre médecin traitant. Infos : [Tennis santé au TCC](#) | [Brochure Tennis Santé FFT](#)

**LA JOURNEE ASSOCIATIVE**

**S**amedi 17 juin, ce sont plus de 20 membres qui s'étaient donnés rendez-vous pour procéder au grand nettoyage des jardins du club.

Un énorme travail a été accompli : taille des haies, rosiers, désherbage, tondeuse,... La matinée s'est terminée autour d'un sympathique barbecue.

Le comité remercie ces bénévoles pour le fabuleux travail.



**TOURNOIS OPEN 2024**

**Jeunes : 94 inscrits**  
Vainqueurs et finalistes

Filles

8/10 ans vert filles : Lou DOERFLINGER 30/4

13/16 ans, L. COULON-RAYER 15/1 bat Juliette PIPY 15/2, 6/4 6/3

Garçons

8/10 ans orange garçons : Marius BANCHE NC

8/10 ans vert garçons : Lény HACAULT 303

11/12 ans, Elouane PUECH-VICAIRE 30/1 bat Sacha DOUAT 30/1, 6/2 6/3

13/14 ans, Oscar STEELE 30 bat Renan TERRADE-BECQUART 30, 6/2 6/3

15/16 ans, Marcus GENEVRIER 15/5 bat Charles LONGONI 15/4, 6/3 7/5



**Séniors et séniors+ : 255 inscrits**  
Vainqueurs et Finalistes

SD : Valentina ASCHERI 1/6 bat Nora SENAY-GAVINS 3/6, 6/3 6/7 6/1

SH : Emilien BURNEL 0 bat Hugo HUET-LEROY 2/6, 6/0 6/2

SD +45 : Christine MAINCON 30 bat Anne GRAND-VINCENT 30, 6/1 7/5

H +35 : Antoine LECALVEZ 15/3 bat Vincent HOUEIX 15/3 6/3 3/6 14/12

H +55 : Jean-Marc BASTARD 15/5 bat Thierry HUET-LEROY 15/4, 6/2 7/5

H +65 : Marc IRACE 15/5 bat François LEQUILLIER 15/5 6/2 6/2

DH : Méryl GENEVIRER / Romain DUVAL battent Quentin GOZILLON / Maxence FROIDURE, 6/4 6/2

DM : Elisa RABECQ / Martin LEBREUILLY battent Célia LEGRAND / Quentin GOZILLON, 7/5 6/3

DD : Clara LE TOUZE / Célia LEGRAND battent Jeanne GAMBILLON / Elisa RABECQ, 7/5 6/4



Court 7 nouvelle clôture



Août 24 Coupe de doubles



Jul. 24 Exposition JO avec Roger LEBRANCHU

## COUPE DE LA MANCHE DE DOUBLES

**D**imanche 23 mars, belle journée, magnifique ambiance mais malheureusement, le TCC a perdu 3/1 contre le club de Saint Georges Montcocq.

Notre équipe (sur la droite de la photo) : Philippe DELBAUCHE, Christelle LECHEVALIER, Isabelle SARFATI (Capitaine), Jean-Paul PILLET et Dominique ANDREANI.



## TOURNOI INTERNE

**B**ien que le score ne l'indique pas, la partie a donné lieu à de très beaux échanges et c'est finalement Gwénael RONFLET 15/4, beaucoup plus régulier, qui est venu à bout d'Édouard ALEXANDRE 30/1 en deux petits sets (6/2 6/0). Un grand merci à tous les participants qui ont tous joué le jeu et bien respecté les dates limites pour chacun de leurs matchs. Merci à Isabelle SARFATI, notre juge-arbitre, qui s'est totalement investie sur ce tournoi et qui l'a mené de main de maître du début à la fin.



## MATCHS D'EQUIPES

### Championnat Hiver 2025 Senior +45 - D1

**L**e TCC a engagé pour la première fois une équipe en championnat d'hiver Sénior +45 – « les vieux chardons fringants » (Edouard ALEXANDRE, Yoann BANCHE, **Romain LEPAGE**, Alexandre LUCAS, Jérôme PIQUOT, Nicolas THOREL) termine championne de la manche 1<sup>ère</sup> division avec un bilan de 5 rencontres gagnées et 1 match nul. L'équipe devrait intégrer le championnat pré-régional l'hiver prochain.

### Championnat de printemps 2025 – D3

**A**près avoir brillamment remporté son championnat de D4 et être montée en D3, on n'arrête plus l'équipe 1 (Edouard ALEXANDRE, Yoann BANCHE, **Jean-Marc BASTARD**, **Cédric CHAZOILLERES**, Ludovic DESHAYES, Romain LEPAGE, Alexandre LUCAS, Jérôme PIQUOT, Nicolas THOREL) qui a remporté brillamment son championnat (7 victoires en 7 rencontres),

L'équipe monte l'année prochaine en D2 !!!

En gras : les arrivées dans l'équipe cette année.



### Championnat de printemps 2025 – D4

**C**omposée par Kevin BOUDET 30/2, Ludovic DESHAYES 30/3, Thomas LAISNEY 30/4, Laurent LECONTE 30/5, Tanguy ROUEN 40, Philippe DELBAUCHE 40, Jean-Paul PILLET 40, Dominique ANDREANI 40, l'équipe « Jeunes ! » a disputé 6 matches (3 défaites, 2 nuls et **UNE VICTOIRE** : 4 à 0) dans la poule D de la division 4.

La dernière rencontre de la poule s'est déroulée le 15 juin et le TCC termine à la 5<sup>ème</sup> place.

Pour la saison 2025/2026 l'équipe s'entraîne ferme pour viser la montée en D3.

Nous invitons tous les membres du TCC à venir nous rejoindre pour défendre les couleurs de notre club.

PS : JPP Nadal est chargé de contacter RAFA - celui-ci n'ayant plus d'engagement afin de renforcer l'équipe 2 !



## STAGES MULTI SPORTS

Album photos de la 2<sup>ème</sup> saison, Tennis, Skimboard, Aqua fitness et Golf. • 2 Stages en 2025 : semaines du 21/07 et 4/08.



## LES RDV DE LA RENTRÉE

- **SAMEDI 8 SEPTEMBRE** : JOURNÉE PORTES OUVERTES

10h – 14h : présence du club au Forum des Associations  
 15h – 18h au Club : animation « À vous de jouer » de la FFT avec des doubles de tennis conviviaux  
 Invitez vos amis et vos proches à découvrir le club et profitez de notre offre de parrainage jusqu'au 30 septembre !

- **DES LE 15 SEPTEMBRE**

Reprise des cours : tennis, Aquatique, fitness

- **SAMEDI 11 OCTOBRE** : ANIMATION TCC – GOLF CLUB DE COUTAINVILLE

Une journée conviviale réservée aux membres à l'année des deux clubs :

Matin : compétition de golf (9 trous) en formule Scramble en Shotgun, suivie d'un déjeuner au restaurant du golf

Après-midi : découverte et animation Pickleball au TCC

- **DIMANCHE 12 OCTOBRE** : OCTOBRE ROSE

Participation du club à l'opération «Les Balles Roses», initiée par la Ligue de Normandie de Tennis

Animations sportives : tennis, pickleball, fitness

Stand Sport Santé du TCC avec la présence de professionnels de santé et d'organismes partenaires

Objectif solidaire : battre notre record de 2 100 € de dons reversés à la Ligue contre le cancer de Normandie



## LA VIE DU CLUB

### LE TCC - SECTION TENNIS EN QUELQUES CHIFFRES (2024)

- 350 membres
- 289 licenciés FFT
- +33 % de progression en nombre de licences, soit la meilleure progression des clubs de Normandie (Un succès salué par une invitation en tribune présidentielle à Roland-Garros pour notre Président)
- 41 cours collectifs adultes animés par Hélène LAFOSSE

- 22 nouveaux membres ont bénéficié de 10 cours gratuits par le club pour leur première année d'inscription



**Nouveauté 2025/2026**

En réponse à la demande des participants, une formule unique est proposée : 25 cours adultes de septembre à juin. Inscrivez-vous dès maintenant !

## 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 2025



**ART2FLAM**  
Cheminées / poêles à bois Scandinave –  
Poêle granules Autrichien. Coutances



**LE MANCHOT**  
Restaurant - Agon Coutainville  
Circuit court – produits frais – fait maison



**CASINO**  
Agon Coutainville

## LA VIE DU CLUB

### TMC DAMES ET MESSIEURS

Le TCC a organisé cette année 2 TMC, une épreuve messieurs le 22 juin et dames le 29 juin. Cette formule de tournoi se déroule sur une journée, classements de NC à 15/5. Tableau sous forme de poules et déjeuner barbecue le midi. Cette formule conviviale permet une belle ambiance et de beaux matchs toute la journée.



En attendant le padel,  
venez jouer au Pickleball.  
Raquettes disponibles au  
club.

### FORMULE PARRAINAGE

Si un membre inscrit au TCC en 2024/2025 PARRAINE une personne adulte n'ayant pas été inscrite au TCC depuis la saison 2021 et que le FILLEUL s'inscrit à au moins une des activités à l'année du TCC pour la saison 2025/2026 (tennis, aqualongues ou fitness), le PARRAIN bénéficiera d'une remise de 10% calculée sur la cotisation de l'activité nouvelle la plus élevée du FILLEUL.

Le filleul sera également récompensé et bénéficiera d'une invitation au tennis ou à la piscine du Chardon Bleu pour un membre de sa famille, un ami ou une relation.

Modalités consultables sur le site internet.

### NOS LABELS FFT

Le Tennis Club de Coutainville est fier d'avoir obtenu deux distinctions majeures :  
– Le label « Club Tennis Santé »,  
– Le label « Club FFT Engagé » – niveau Or, une première en Normandie, récompensant notre engagement exemplaire en faveur du développement durable.  
Nous comptons sur chacun d'entre vous pour respecter et soutenir les actions engagées par le Club. Le succès repose sur l'implication de tous.

