

VGA TENNIS été 2015

La VGA Tennis
en bref

Les enjeux
de Roland Garros

Les tournois
et les classements



2 bis, avenue de Neptune
94100 Saint-Maur-des-Fossés
Tél. : 01.48.85.48.52

Mail : vgatennis@gmail.com

Vous souhaitez soutenir votre club, en participant à l'amélioration des infrastructures

2 Façons de nous aider

Pour les particuliers, le mécénat en faisant un don en numéraire ou en nature (déductible de vos impôts à hauteur de 60%)

Pour les professionnels, au delà de l'intérêt personnel que vous pouvez avoir pour le tennis, le sponsoring peut s'inscrire dans une stratégie de communication de votre entreprise.

Sponsoriser la VGA tennis c'est

Nous aider à relever les challenges et soutenir le développement sportif local, en développement votre activité commerciale.

Associer l'image de votre entreprise à un club sportif ayant des valeurs fortes comme le dynamisme, la générosité, la persévérance et le respect des autres.

Dans le but de

Permettre aux partenaires de la VGA Tennis d'avoir une démarche responsable en soutenant le club et d'être partenaire d'un sport où les valeurs humaines sont mises en avant.

Tisser des liens privilégiés avec le club et ses partenaires.

Nous contacter par email: vgatennis@gmail.com
ou Laurent Pauty au **06 51 26 56 05**

L'Épaulard Poissonneries

16 avenue Charles de Gaulle
94100 Saint-Maur-des-Fossés
Tél.: 01 48 83 05 39

L'Épaulard, artisan poissonnier vous accueille du mardi au samedi de 8h à 13h et de 15h30 à 20h ainsi que le dimanche de 8h à 13h

Spécialités de poissons fins

Arrivage journalier

Plateaux de fruits de mer

Pour vos événements, repas de famille, anniversaires ou toutes autres occasions à fêter, L'Épaulard vous propose de composer avec vous de sublimes plateaux de fruits de mer d'une fraîcheur extrême qui raviront votre dîner et vos amis.

Venez nous rencontrer afin de préparer ces soirées que vous voulez exceptionnelles et uniques.

La VGA tennis en bref...

P.5



Les enjeux de Roland Garros

P.18



Journée de tennis féminin à la ligue du Val-de-Marne

P.25

ACTUALITÉ

- 4** Les permanents du Club
- 5** La VGA tennis en bref
- 6** Les tarifs saison été 2015
- 7** Votre calendrier 2015
- 9** Le saviez-vous ?

DOSSIER

11 HISTOIRE DE SAINT-MAUR
La vie et les loisirs sur les bords de Marne à Saint-Maur et La Varenne, au XIX^e siècle

16 Les bons moments à la VGA Tennis

18 LES ENJEUX DE ROLAND GARROS

Un nouvel écrin pour un tournoi de légende : Roland Garros

LE CLUB

- 22** Les tournois
- 23** Les championnats
- 25 ÉVÈNEMENT À LA LIGUE**
Journée de tennis féminin à la Ligue du Val-de-Marne
- 29** Quiz - Règlement
- 30** Santé - Pourquoi s'échauffer ?
- 31** Le Comité Directeur 2015

Photo couverture : CanStockPhoto
Conception et réalisation Nathalie Galvan
nat.galvan@outlook.fr

Chères adhérentes, chers adhérents,

Cette année, Fenêtre Sur Court (FSC) fait peau neuve et se transforme en magazine. Vous y trouverez des rubriques clairement identifiées qui vous permettront de (re) découvrir la vie de notre club, ses activités, ses animations, son fonctionnement et ses règles.

Un article, illustré avec des photos d'époque, relatant la vie et les loisirs à Saint-Maur au 19^e siècle et un dossier, stratégique pour la Fédération Française de Tennis, décrivant le projet de modernisation du Stade Roland Garros, constituent les sujets centraux de FSC 2015.

Je souhaiterais remercier tous les bénévoles qui ont participé à l'élaboration de cette édition et plus particulièrement Nathalie Galvan.

L'année sportive 2014/2015 a démarré sur de bonnes bases, même si le nombre d'adhérents est en légère baisse par rapport à l'année dernière, la réforme des rythmes scolaires et un environnement économique morose pouvant expliquer cela. L'offre loisirs (stages, cours collectifs adultes, jeu libre) remporte un franc succès.

L'école de Tennis, fleuron de notre association, reste en pointe par rapport aux autres clubs du Val-de-Marne. De nombreuses équipes de toutes les catégories d'âge se sont déjà illustrées cet hiver avant l'entrée en lice des équipes fanions Dames et Messieurs. Venez les soutenir au cours du mois de Mai (calendrier des rencontres en page 22).

Enfin, et afin de maintenir l'esprit associatif du club, je vous encourage à rejoindre les bénévoles de Comité Directeur lors des nombreux rendez-vous du 2^e trimestre, comme le démontage de la bulle 1+2, la fête de l'école de Tennis, la fête du Club...

Bonne saison d'été à toutes et à tous.

Germain Roesch



Ph. CanStockPhoto

NOTRE ÉQUIPE D'ENSEIGNANTS



Paul-Julien Delageas
B.E.1
Responsable du centre d'entraînement



Thomas Reneaume
B.E.1
Responsable de l'école de tennis



Patrice Duclos
B.E.1



Stéphanie Loisiel
B.E.1

AMT :
Guillaume Claverolas, Olivier Allouche, Dominique et Alexandre Logie, François Loyal, Jean-Baptiste Roesch, Olivier Bannerot, Jean-Michel Salmon



Anne Bayle
B.E.1

Entretien	Avril à Septembre	Octobre à Mars
Mardi		7h - 13h
Mercredi - Jeudi	7h - 13h	7h - 13h
Vendredi	7h - 15h	7h - 15h
Samedi	7h - 13h	7h - 13h
Dimanche	7h - 13h	

ENTRETIEN



Didier Dahan

SECRETARIAT



Frédérique Bosc

Accueil	Horaires d'ouverture	
Lundi - Jeudi - Vendredi		13h 30 19h 30
Mardi - Mercredi	9h 30 12h	13h 30 19h 30
Samedi	10h 13h	

Téléphone : 01 48 85 48 52 • E-mail : vgatennis@gmail.com
Site internet <http://www.vgatennis.fr> • [facebook.com/vga.tennis](https://www.facebook.com/vga.tennis)



La VGA Tennis se situe
au Stade Cheron,
2 bis avenue de Neptune,
94100 Saint-Maur-des-Fossés

Horaires d'ouverture
des courts : de 8 heures
à 23 heures tous les jours

Le secrétariat est ouvert
du lundi au samedi.

Ph. VGA Tennis

Implanté dans un cadre exceptionnel avec ses marronniers centenaires, le club dispose de 5 courts en terre battue, (dont 4 courts couverts et chauffés en hiver et 1 court éclairé l'été). Un court de mini-tennis est disponible pour les plus jeunes, ainsi qu'un mur d'entraînement.

Une salle multisports pour l'enseignement du mini-tennis. Un Club-House avec salon de lecture et télévision permet à nos joueurs de se détendre autour d'une boisson chaude ou d'un rafraîchissement.

MANIFESTATIONS

Notre section organise régulièrement des manifestations tout au long de l'année

Galette des Rois

Journée portes ouvertes

Pot d'accueil des nouveaux adhérents

Journée dames, hommes et mixtes

Tournoi interne

Fêtes de l'école de tennis

Visite du Père Noël

Fête du club

Organisation de stages pour les jeunes pendant les vacances scolaires.

LE CLUB EN CHIFFRES

La VGA Tennis, est une section de la VGA Omnisports qui compte plus de **7 400 adhérents** dans plus de 30 disciplines sportives.

+ **de 800 adhérents** dont 470 jeunes en école de tennis (de 4 à 16 ans).

2^e club formateur pour la ligue du Val-de-Marne

3^e au trophée Perrier du Val-de-Marne, avec l'ambition de passer à la seconde place.

13 enseignants salariés dont 5 BE/DE, (2 à plein temps), 8 AMT et 1 étudiant STAPS

2 salariés à plein temps pour la gestion administrative et l'entretien des infrastructures.

11 bénévoles en charge de la gestion et de l'animation de l'association.

3 vocations principales à la VGA Tennis

1 Formation des jeunes de 4 à 16 ans.

2 Entraînement à la compétition d'équipes de jeunes, seniors et vétérans pour représenter Saint-Maur-des-Fossés en championnats régionaux et nationaux.

3 Tennis Loisirs (prés de 300 adhérents adultes).

SAISON ÉTÉ 2015				
FORMULES CLUB ÉTÉ	Seniors	Étudiants	Adolescents	
Cartes été complètes	196€	135€	135€	
Cartes été semaine ⁽¹⁾	135€			
	2001/2002	2003/2004	2005/2006	2007/2010
Cartes été jeunes ⁽²⁾	110€	100€	85€	65€

CCA ÉTÉ : 7 courts pour 70 euros - début 13 avril 2015

LICENCE FFT ET COTISATIONS OBLIGATOIRES ANNUELLES		
Licence FFT	25€	nés en 1997 et avant
	16€	nés en 1998 et après
Cotisation VGA omnisport	24€	
Cotisation VGA tennis	20€	

(1) Accès à nos courts du lundi au vendredi de 8h à 17h, sauf mercredi et jours fériés.

(2) Accès prioritaire sur le terrain n°3.

REDUCTION FAMILIALE :

50% sur les cotisations de la section tennis, à partir du 4^e membre de la section. La réduction s'applique sur les cotisations les plus faibles du groupe familial.

☞ Tout nouvel adhérent doit acquitter, la première année, un droit d'entrée à la section tennis, selon le barème suivant :

	Adultes	Jeunes et étudiants	Famille
Membres de la VGA St-Maur	50€	20€	100€
Saint-Mauriens	60€	30€	120€
Non Saint-Mauriens	80€	40€	150€

☞ MODALITÉS D'INSCRIPTION DES ADHÉRENTS

Paiement par chèque à l'ordre de la « VGA Tennis », auquel il faut joindre :

- 1 **Attestation médicale** de non contre indication à la pratique du tennis.
- 1 **Photo récente** (obligatoire pour la carte de réservation).

☞ LES INVITATIONS

Prix 10 € par demi-journée entre 8h et 17h (8h – 13h00 ou 13h00 – 17h00), par heure après 17h00 ou le week-end et jours fériés. Les invitations peuvent être prises par un adhérent adulte en nombre limité.

☞ LES CARTES VACANCES À LA DEMANDE

Elles sont valables du 15 juillet au 30 août 2015 (tarifs hors licence – assurance à la charge de l'adhérent)

Semaine 50€
Quinzaine 80€
Semaine supplémentaire au-delà de 2 15€

☞ POUR INFOS

Tarifs école année 2015-2016 (septembre 2015)

Les prix indiqués comprennent la licence FFT 2016, la cotisation VGA omnisport, la cotisation VGA tennis et la carte été.

ADOS +30€ nouveaux membres	25 cours inclus	1998 et avant	470€
		1999/2001	462€
JEUNES +30€ nouveaux membres	30 cours inclus	2002/2003	457€
		2004/2005	447€
		2006/2007	432€
		2008/2011	412€

DATES	ÉVÉNEMENTS	HEURES
Du 23 au 27/03/2015	RÉFECTION DU COURT 3	
Dimanche 29/03/2015	JOURNÉE PORTES OUVERTES	10 H - 17 H
Lundi 30/03/2015	DÉBUT SAISON ÉTÉ	
Samedi 04/04/2015	DÉMONTAGE BULLE COURTS 1 ET 2	
Samedi 11/04/2015	PÔT D'ACCUEIL NOUVEAUX ADHÉRENTS	12 H - 13 H
Du 18/04/2015 au 03/05/2015	VACANCES DE PÂQUES Stages pendant les deux semaines	
Lundi 04/05/2015	DÉMONTAGE BULLE COURTS 4 ET 5	
Du 04/05/2015 au 28/06/2015	TOURNOIS INTERNES DU CLUB	
Lundi 11/05/2015	JOURNÉE DES DAMES	10 H - 17 H
Vendredi 22/05/2015	JOURNÉE DES HOMMES	10 H - 17 H
Du 18 au 25/05/2015	PRE-INSCRIPTIONS ECOLE DE TENNIS	
Vendredi 29/05/2015	JOURNÉE MIXTE	10 H - 17 H
Mercredi 10/06/2015	FÊTE DE L'ÉCOLE DE TENNIS	14 H - 17 H
Dimanche 28/06/2015	FINALES DES TOURNOIS INTERNES FÊTE DU CLUB ET DÉJEUNER	
Du 04 au 19/07/2015	OPEN MESSIEURS	
Du 05 au 19/08/2015	TOURNOI SENIOR +	
Du 24 au 28/08/2015	RÉFECTION DES COURTS 1 ET 2	
Dimanche 30/08/2015	JOURNÉE PORTES OUVERTES VGA + VGA TENNIS	10 H - 17 H
Lundi 14/09/2015	DÉBUT ÉCOLE DE TENNIS	
Jedi 10/09/2015	NETTOYAGE DE LA BULLE (COURTS 4 ET 5)	
Vendredi 11/09/2015	MONTAGE DE LA BULLE (COURTS 4 ET 5)	
Samedi 12/09/2015	MONTAGE DE LA BULLE (COURTS 1 ET 2)	
Dimanche 27/09/2015	DÉBUT SAISON HIVER	
Samedi 03/10/2015	ASSEMBLÉE GÉNÉRALE	17 H
Du 17/10/2015 au 01/11/2015	VACANCES DE LA TOUSSAINT - TOURNOI JEUNES	
Mercredi 16/12/2015	FÊTE DE NOËL DE L'ÉCOLE DE TENNIS	14 H - 17 H
Du 19/12/2015 au 04/01/2016	VACANCES DE NOËL - STAGES (2 X 4 JOURS)	
Dimanche 10/01/2016	GALETTE DE ROIS	17 H
Du 20/02/2016 au 07/03/2016	VACANCES DE FÉVRIER Stages pendant les deux semaines	

escape
tennis.com

10 ZAC de la Tuillerie 94400 Marolles - Tél : 01 45 93 03 30

A à Z RENOV'

Travaux
en tous genres

Revêtements sols
et murs

Peinture intérieur
et extérieur

71 rue Pompadour • 94600 Choisy-le-Roi
Tél: 01 48 90 93 50 • Google+: AàZ Renov'



Cabinet Gardini et Associés

Expertise
comptable

Audit
Conseil

Un atout
pour votre entreprise

100 avenue du Bois Guimier
94100 Saint-Maur-des-Fossés

Tél: 01 48 89 32 75
Fax: 01 48 89 87 72

ACTUALITÉ LE SAVIEZ-VOUS ?

Comme chacun le sait, le tennis est une «grande famille»

Comme dans beaucoup de familles, on est parfois momentanément brouillés

“ J’ai plus de talent dans mon petit doigt que Lendl dans tout son corps. ”

John Mc Enroe

“ Nastase n’a pas de cerveau, il a un oiseau qui volette dans son crâne. ”

Ion Tiroac

“ Si c’est lui le plus grand espoir du tennis, on est mal, il est tout rachitique. ”

Pancho Segura, à propos de John Mc Enroe

TENNIS ET VIE INTIME

“ En 1997, mon meilleur résultat ça a été mon mariage avec Brooke Shield. ”

André Agassi

“ Avoir une relation sexuelle la veille d’un match n’a aucun impact sur notre façon de jouer. Ce qui en a un, c’est de veiller tard pour trouver une fille. ”

André Agassi

“ Franchement, je plains ses voisins le soir de sa nuit de noce. ”

Peter Ustinov, à propos des cris de Monica Seles

CATÉGORIE

« J’AURAIS MIEUX FAIT DE ME TAIRE »

“ Soderling voulait vraiment gagner ce 1^{er} set, ça faisait partie de son plan de jeu. ”

C. Bradnam
commentateur sportif

“ On entendrait presque le silence tandis que ces deux joueurs bataillent sur le court. ”

Dan Maskell
commentateur sportif

Elle vient d’une famille impliquée à fond dans le tennis, son père est dentiste

commentateur BBC

“ Je ne connais pas bien son jeu, mais même sans ça, je dirais qu’il a de bons coups. ”

John Mc Enroe

“ C’est l’un des meilleurs sets que je l’ai vu disputer, mais je dois tout de même préciser que c’est la première fois que je le vois jouer. ”

John Mc Enroe

“ Il est évident que je vais soulever ce trophée, avant la fin de ma carrière c’est certain. ”

Mark Philipoussis, à propos de Wimbledon

“ Quand Martina Navratilova est stressée, ça l’aide à se relaxer. ”

Dan Maskell
commentateur sportif

MALROUX

Fruits et légumes

Une passion
la qualité

Marchés de Saint-Maur
Le Parc (place des Maronniers)
Champignol (place du marché)

CHANGE DE L'OR

Achat - Vente

TOUTES DEVISES

Billets de banque périmés

Monnaies or, lingots,

Napoléons

20 dollars



PAIEMENT IMMEDIAT

83 rue de la Victoire
75009 Paris

Tél : 01 48 74 32 41
06 07 98 64 25



Baignade sur les bords de Marne, quai du Port aux Fouarres.

La vie et les loisirs sur les bords de Marne à Saint-Maur et La Varenne, au XIX^e siècle

Le canal Marie-Thérèse, inauguré en 1825, évite au bateau le détour par la boucle de Saint-Maur. Cela modifie les usages de la rivière. Les chemins de halage, devenus inutiles, laissent place à des berges accueillantes où il fait bon se promener, pique-niquer, pêcher, jouer. Les animaux des fermes voisines y paissent en toute tranquillité.

Des baignades en Marne sont créées à la fin du XIX^e siècle en raison des dangers de la rivière: le Père tranquille au Parc, les baignades de La Pie en 1888 et celle du pont de Créteil, les bains Sadoux au pont de Chennevières. Ces espaces sont plus ou moins aménagés (celui du Port-au-Fouarre est des plus rustique) et surveillés par des maîtres nageurs.

À Schaken, la VGA (Vie au Grand Air) délivre un brevet de natation. Les plongeurs connaissent un

grand succès. Quand arrivent les beaux jours, les parisiens viennent respirer le bon air. Il est vrai que dès 1901, 120 trains circulent le dimanche, au départ de la Bastille (ancienne ligne SNCF remplacée aujourd'hui, depuis 1966, par le RER A).

Des restaurants ouvrent leurs portes au long des berges et sur certaines îles. On peut aussi danser, s'adonner à la peinture, faire du canotage ou de la voile, et même participer à des régates... le Yacht-club de La Pie connaît aussi un grand succès!

La première course de yoles, propulsées à l'aviron, a lieu en France en 1843. Elle se déroule à La Va-

renne. Les jeunes gens s'amuse beaucoup à manier la lance pour faire tomber leurs adversaires lors des joutes nautiques. Les jeunes filles leur préfèrent les promenades en barque ou sur les bateaux de fleurs.

Trois associations de pêche figurent dans l'annuaire 1912: la Brémette, l'association des pêcheurs à la ligne de Saint-Maur et Créteil, et l'association des pêcheurs à la ligne de La Varenne.

Le quartier des îles

Mais la Marne sait encore se rendre utile. Le bateau-lavoir dit de «Champigny» est en fait stationné quai du parc depuis 1867.

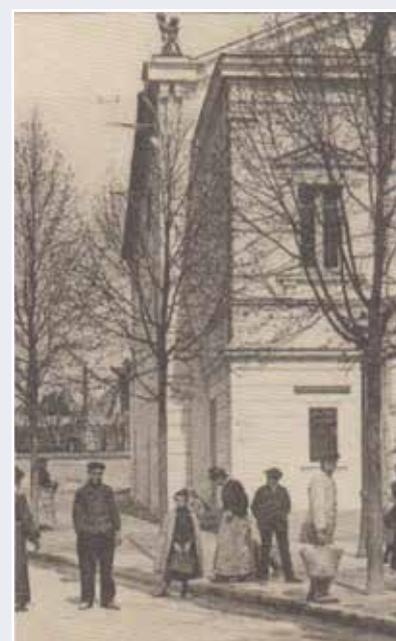
“ Des baignades en Marne sont créées à la fin du XIX^e siècle en raison des dangers de la rivière. ”



« Initialement garage à bateau, le déjà fameux chalet en bois deviendra le club house dans les années 50. »

A Saint-Maur, au pont de Créteil, le garage à bateau.

« Les jeunes gens s’amusent beaucoup à manier la lance pour faire tomber leurs adversaires lors des joutes nautiques. Les jeunes filles leur préfèrent les promenades en barque ou sur les bateaux de fleurs. »





“ Le dimanche, seul jour de repos, est l’occasion à la belle saison de sorties joyeuses. On se promène et on s’amuse. ”

“ Quand arrivent les beaux jours, les parisiens viennent respirer le bon air. Il est vrai que dès 1901, 120 trains circulent le dimanche! ”

A Saint-Maur, le théâtre, devenu aujourd’hui Le Lido.



La fête des fleurs à La Varenne.



« Le kiosque à musique, installé en 1908, est très apprécié : on danse en plein air ; un ballon emportant les plus audacieux dans sa nacelle jusqu'à une hauteur qui semble vertigineuse. »



2. Fête Aérostatique de LA VARENNE (1908) — Le Gonflement

Eug. Legrain, éd., La

Les femmes viennent y laver leur linge. Il en est de même dans le quartier Schaken ou des bateaux-lavoir, dits aussi « bateaux à lessive », sont installés dans les petits bras de la rivière.

À Saint-Maur Créteil, plusieurs îles sont habitées. Le comblement d'un des petits bras de la Marne, en 1902, entraîne le rattachement à la terre ferme de l'île Jambon. L'île Mâchefer (dite aussi île fleurie), l'île des Saint-Pères et l'île Rose sont épargnées pour quelques décennies encore... Des habitants continuent donc à se rendre chez eux en barque, ce qui ne manque ni de charme ni d'inconvénients. Paul Cézanne représente ce quartier des îles sur une toile intitulée « Bord de Marne à Saint-Maur-des-Fossés »

peinte en 1894 et qui se trouve aujourd'hui au musée de l'Hermitage à Saint-Petersbourg.

En 1881, est créé la société des voiliers de la Marne située avenue Hoche qui fera évoluer ses bateaux sur le plan d'eau de La Pie.

De par le développement de ces loisirs nautiques (voile, canotage, aviron), la construction nautique démarra à Saint-Maur.

En 1894, la compagnie d'Arc de la Varenne s'installe au 101 avenue du Bac et contribue ainsi à former nombre d'archers pendant des années. Parmi tous les loisirs déjà présents au début du XX^e siècle, on ne saurait passer sous silence le cyclisme.

Plusieurs sociétés d'amateurs se constituèrent-t-elle l'union vélo-

cupédique de Saint-Maur (UVSM) ou l'Étoile sportive de Saint-Maur (USSM), et organisèrent leur grand prix annuel régulièrement.

Et le tennis ? Il naît sur les bords de Marne en 1905 dans le cadre du Cercle des Sports de la Marne.

Initialement garage à bateau, le déjà fameux chalet en bois deviendra le club house dans les années 50.

En 1912 apparaît le tennis club de Saint-Maur avenue de Curti.

A la même époque furent créés deux courts rue de Tunis par l'Étoile Sportive. Seront recensés quelque quarante courts de tennis en 1935.

Loisirs et distractions

Le théâtre, aujourd'hui cinéma Le Lido, propose des représentations dès 1863 et commence à projeter des films en 1911. En effet, le début du XX^e siècle met le septième art à l'honneur avec l'ouverture du ciné théâtre de la Varenne, 58, boulevard de la Marne, du casino de Saint-Maur, 10 rue Maurice Berteaux, du casino de la Varenne en 1909, du cinéma de l'horloge, place de la Louvière, en 1910.

« Et le tennis ?
Il naît sur les bords de Marne
en 1905 dans le cadre du
Cercle des Sports de la Marne. »

L'avenue du Bac
avec ces calèches.



**“ Ils posent leur chevalet ici ou là,
saisissent les fiacres postés devant les gares,
les passages à niveau, les chemins de terre
bordés de quelques maisons,
les pêcheurs,... ”**

Le dimanche, seul jour de repos, est l'occasion à la belle saison de sorties joyeuses. On se promène et on s'amuse. Des cirques ambulants montent leurs chapiteaux.

À la Varenne, la place des fêtes, aujourd'hui place Stalingrad, porte bien son nom. Le kiosque à musique, installé en 1908, est très apprécié: on danse en plein air; des cartes postales nous montrent un ballon emportant les plus audacieux dans sa nacelle jusqu'à une hauteur qui semble vertigineuse; la reine de l'année et ses dauphines se font applaudir dans leur plus beaux atours lors du défilé des chars fleuris; les manèges des chevaux de bois font tourner les têtes; on organise des jeux en pleine rue.

Le paradis des peintres

Un mouvement influencé par l'impressionnisme pousse les artistes à sortir de leur atelier et à peindre « sur le motif ».

Peintres et écrivains découvrent Saint-Maur, si bien à l'abri dans la boucle de la Marne. Ils sont nombreux, à y séjourner, le temps d'écrire un livre, tel Henryk Sienkiewicz auteur de Quo Vadis paru en 1896, qui séjournait quai du Petit-Parc, ou de peindre quelques toiles. Comment ne pas citer, parmi ces artistes, Camille Pissarro, Victor Lecomte, Paul Cézanne, Eugène Carrière, Albert Marquet, Pierre-Antoine Cluseaux, Clément et Edmond Quinton, Albert Capaul, Adrien Lemaitre...

Ils posent leur chevalet ici ou là, saisissent les fiacres postés devant les gares, les passages à niveau, les chemins de terre bordés de quelques maisons, les pêcheurs, les troupeaux entraînés de paître, les îles et les berges, le bac de Chennevières et son va-et-vient incessant...

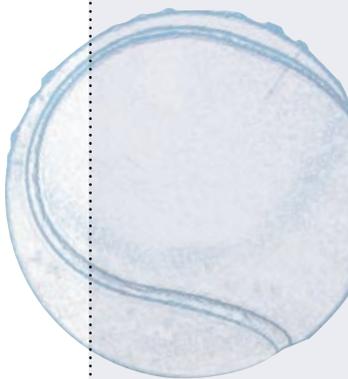
Tous sont inspirés par la douceur des paysages, les reflets de la Marne, les chants des oiseaux, les beautés de la végétation. La grande guerre qui débuta en septembre 1914, mettra un terme définitif à cette inconscience. C'est la fin d'une époque.

**Remerciements à André Kaspi,
Maire-adjoint délégué à la culture,
à l'histoire de la Ville
et à la mémoire combattante.**

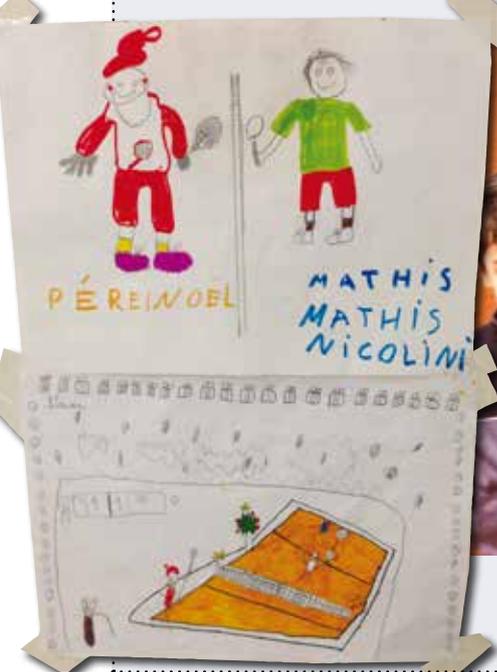
**Source documentation :
« Saint-Maur, cité des sports »
de Cyrille Clavel,
édition Le vieux saint-Maur**



Cette année,
Le Père Noël
est venu
rendre visite
à nos futurs
champions!



Notre Assemblée
générale du
4 octobre 2014.



Concours des dessins de Noël, la gagnante
Morgane entourée de ses camarades.



Ph. : Mairie de Saint-Maur



Nous avons partagé la galette des rois...

Équipe homme plus de 65 ans (dans l'ordre de la photo) : Bruno Guironnet, Jean-Paul Plainchamp, Claude Martin, Guy Debout.



Ph. Maïté de Saint-Maur



Remise des trophées aux champions, par Sylvain Berrios, Député Maire de Saint-Maur-des-Fossés. François Bronny, champion du Val-de-Marne en plus de 75 ans (Ph. ci-dessus). Sans oublier, Claudine Bussière, championne du Val-de-Marne en plus de 55 ans. Louis Keller et Adrien Jaso, équipe championne du Val-de-Marne, en catégorie 12 ans (Ph. ci-contre).



Vue aérienne du nouveau stade.

Un nouvel écrin pour un tournoi de légende : Roland Garros

Aujourd'hui, le succès du tournoi de Roland Garros est incontestable. Pour pérenniser cette réussite et permettre au tournoi de conserver son statut de tournoi du Grand Chelem, une évolution du stade est cependant nécessaire.

Son réaménagement doit répondre aux nouvelles attentes des joueurs, du public, des partenaires et des médias.

L'optimisation des espaces et la modernisation des équipements font partie des priorités pour renforcer l'attractivité du tournoi.

Le projet de modernisation du stade, privilégiant le qualitatif au quantitatif, prévoit ainsi un aménagement à taille humaine offrant de nouvelles

infrastructures et espaces d'accueil pour l'ensemble des publics (spectateurs, joueurs, partenaires et médias).

Plus d'espace

Parce que le stade doit être plus fonctionnel, plus confortable et mieux adapté à l'accueil des publics, tout en

intégrant la notion de stade urbain, la FFT a opté pour la mise en œuvre de deux périmètres pour prendre en compte les besoins spécifiques d'un stade en ville. En configuration tournoi, et pour une durée limitée, une partie de l'avenue Gordon Bennett est occupée pour assurer la continuité des circulations entre le triangle historique et le jardin des Serres. Ce concept de deux périmètres permet de mieux organiser la déambulation des spectateurs, et de transformer la place des Mousquetaires en une vaste esplanade d'un hectare, ouverte au public en configuration à l'année (hors tournoi). À terme, le nouveau stade comptera 18 courts de compétition contre 20 aujourd'hui et aura augmenté sa capacité d'accueil de 2 500 places.



Modernisation du stade Roland Garros.

“ Le stade doit être plus fonctionnel, plus confortable et mieux adapté à l'accueil des publics, tout en intégrant la notion de stade urbain. ”



Nouvelle entrée avenue de la Porte d'Auteuil.

Plus convivial

Le nouveau stade veut aussi offrir une plus grande qualité de services aux spectateurs. Pour cela, les commodités, les zones de détente et d'information ainsi que les zones de restauration avec places assises seront plus nombreuses et mieux identifiées.

Plus High-Tech

Pour pérenniser son rang de tournoi du Grand Chelem, certains équipements du stade seront remplacés par du matériel à la pointe de la technologie. L'innovation la plus visible sera la mise en place d'un toit rétractable sur le court central Philippe Chatrier qui pourra être activé très rapidement en une quinzaine de minutes. Elle permettra d'assurer la continuité du jeu en cas d'intempéries ainsi qu'à la tombée de la nuit, d'organiser des sessions de soirée et d'améliorer le confort des spectateurs. Au rez-de-chaussée du même court, le projet

“ À terme, le nouveau stade comptera 18 courts de compétition contre 20 aujourd'hui et aura augmenté sa capacité d'accueil de 2 500 places. ”

prévoit également l'aménagement d'un nouveau centre des médias équipé des dernières évolutions techniques.

Plus de moyens pour le tennis français

Aujourd'hui, Roland-Garros est le moteur économique du tennis français. Le tournoi réalise à lui seul plus de 80 % du produit annuel de la Fédération Française de Tennis (FFT), ce qui en fait, de loin, le plus grand contributeur. Grâce au tournoi, la FFT a ainsi pu consacrer 380 millions d'euros au tennis français ces dix dernières années. Le succès économique du tournoi n'est donc pas un but mais un moyen : il permet de développer le sport et d'en favoriser

la pratique pour tous. Le succès économique de Roland Garros permet par ailleurs à la FFT de prendre en charge près de 95% du coût de l'opération d'aménagement.

Plus de retombées sur l'économie et l'emploi

Selon l'étude du BIPE réalisée en 2012, le tournoi de Roland Garros est économiquement bénéfique pour l'économie de l'agglomération parisienne. Au total, le tournoi implique directement près de 4700 personnes et génère 289 millions de PIB annuel. Les travaux liés à la modernisation du stade s'élèveront à 340 millions d'euros d'investissements, principalement injectés dans l'économie française.

RÉPONDRE AUX NOUVELLES EXIGENCES

Élaboré par la Fédération Française de Tennis, avec le soutien de la Mairie de Paris, le projet du nouveau stade s'articule autour de trois grandes actions : sa modernisation, son agrandissement et sa meilleure inscription dans son environnement immédiat.



Court central couvert.

1 MODERNISER LES INSTALLATIONS EXISTANTES

Couvrir le court central

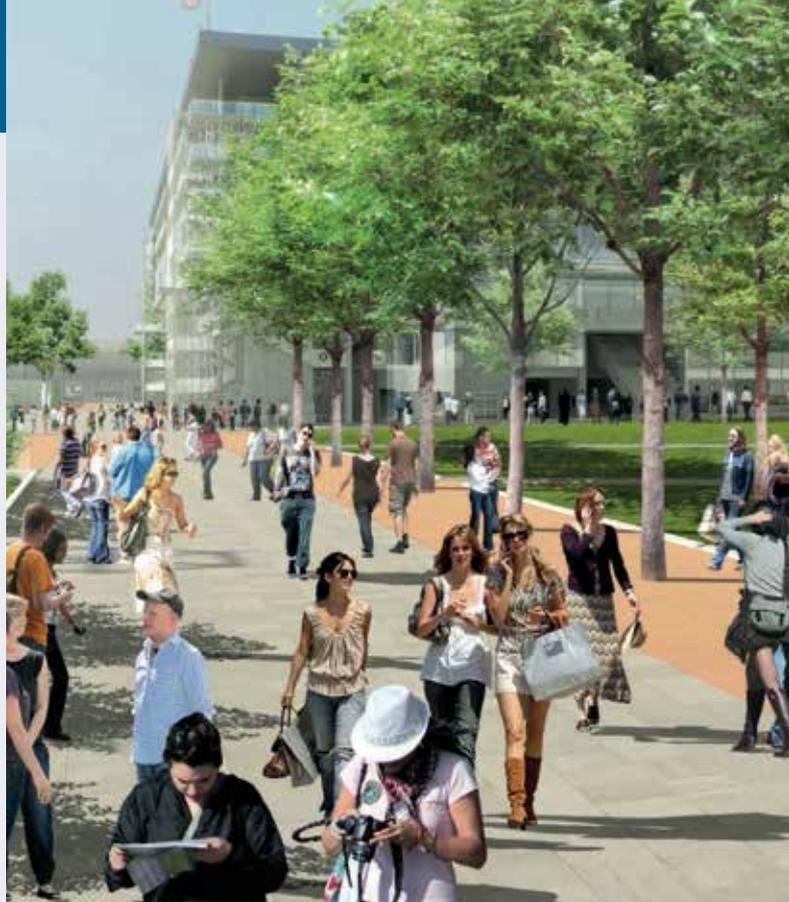
Contrairement à ses homologues internationaux, le central de Roland-Garros n'est jusqu'à présent pas équipé de toit. Pour pallier ce manque, le court Philippe Chatrier et ses 15 000 places recevront un toit rétractable qui pourra être déployé en une quinzaine de minutes et permettra la poursuite du jeu en cas d'intempéries et la tenue de sessions de soirée. Le nouveau toit du court Philippe Chatrier est conçu pour que le central conserve son identité de court de plein air, baigné de lumière et de soleil. Sous le toit, le stade sera repensé avec de nouvelles tribunes plus confortables et l'aménagement de nouveaux espaces pour les différents publics du tournoi : joueurs, médias, partenaires...

Installer un nouveau bâtiment pour l'organisation du tournoi

Situé à deux pas du court central, il offrira de nouveaux espaces de relations publiques et d'accueil (jardins suspendus, terrasse panoramique, village de Roland Garros), et des locaux et équipements liés à l'organisation sportive et logistique de l'événement (arbitres, ramasseurs, cordeurs, locaux techniques).

Aménager un nouveau centre des médias

En rez-de-jardin, tribune ouest du court central Philippe-Chatrier, le projet prévoit d'aménager un nouveau centre des médias à la pointe des évolutions techniques. Ce nouvel équipement va permettre d'offrir à la presse des conditions de travail optimales adaptées aux nouveaux moyens de communication et d'information et favoriser ainsi la diffusion de l'événement.



2 CRÉER DE NOUVEUX ESPACES

Une synergie avec le Jardin des Serres

Destiné à remplacer le court n°1 et à élargir, en configuration tournoi, le périmètre du stade, le nouveau court sera construit dans la partie sud-est du Jardin, constituée de bâtiments techniques ne bénéficiant d'aucune protection au titre des Monuments historiques.

Grâce à son architecture semi-enterrée et inspirée des serres historiques dessinées par Formigé, le court, entouré de ses nouvelles serres, s'intégrera dans l'harmonie du Jardin. La création des nouvelles serres, entourant les quatre côtés du futur court des Serres s'inscrit dans le projet de renouveau du Jardin Botanique qui vise à renforcer les aspects pédagogiques et scientifiques des sites. En effet, tout autour du court de tennis, 1 370 m² de serres seront consacrés à la flore tropicale d'Amérique, d'Afrique, d'Océanie et d'Asie.

Grâce à une nouvelle scénographie et une signalétique didactiques, mettant en valeur les plantes, les visiteurs pourront découvrir à l'année des collections botaniques d'exception.

C'est quoi « le Jardin Botanique » ?

Le Jardin Botanique de la Ville de Paris se compose de quatre sites de parcs et jardins prestigieux situés dans le 16^e et le 12^e arrondissement de la ville, que sont :

- Les Serres d'Auteuil,
- Le Parc de Bagatelle,
- Le Parc Floral,
- L'Arboretum de Paris

Gérés par la Ville de Paris, ces sites rassemblent plus de 13 000 m² de serres, présentant plus de



Place des Mousquetaires.

15 000 espèces et variétés de plantes tropicales et franciliennes aux visiteurs.

Une attention toute particulière aux collections botaniques

Toutes les collections aujourd'hui présentes sur le site d'Auteuil seront visibles dans les différentes serres du site à terme. Pendant les travaux, les arbres remarquables présents sur le site seront protégés et les visiteurs pourront continuer d'accéder au Jardin. Pour garantir les meilleures conditions de déménagement de certaines collections, la Ville de Paris a passé une convention avec le Museum National d'Histoire Naturelle pour un accompagnement par des experts. Une fois la construction du nouveau court achevée, pendant le tournoi de Roland Garros, l'occupation du Jardin ne sera qu'une occupation partielle, l'ensemble du Jardin d'Auteuil restant accessible au public.

Agrandir la place des Mousquetaires

L'actuelle place des Mousquetaires, devenue trop exigüe, prendra une nouvelle dimension. Espace paysager de plus d'un hectare au cœur du stade, la nouvelle place des Mousquetaires, sera un lieu de détente et favorisera une meilleure fluidité dans les déplacements. Pendant le reste de l'année, hors configuration tournoi, la place sera ouverte au public, et permettra aux habitants du quartier de profiter de ce nouvel espace de promenade.

Repenser le Fonds des Princes

Situé à l'extrême pointe ouest de Roland Garros, le Fonds des Princes faisait déjà partie des équipements utilisés pendant le tournoi et accueillait un village de relations publiques. Accolé à la zone

ouest du court Suzanne Lenglen, déjà dédié à la compétition, le Fonds des Princes formera désormais un nouvel ensemble composé de sept courts dont un court enterré de 2 200 places. Mieux agencé et plus accessible, le Fonds des Princes disposera d'un nouvel accès depuis l'avenue de la porte d'Auteuil et sera relié au reste du stade par une allée paysagère.

3 S'INTÉGRER DANS L'ENVIRONNEMENT

Aménager un espace plus vert et plus ouvert
Élaboré par le paysagiste de renom Michel Corajoud, le nouveau schéma directeur paysager, s'inscrit dans la démarche de développement durable de la Fédération Française de Tennis, en ouvrant le nouveau stade sur son environnement extérieur. Car si le projet est certes ambitieux, à l'inverse de la quête de gigantisme et de la surenchère observées ces dernières années dans beaucoup d'autres projets, il se veut raisonnable et équilibré, caractéristiques du choix d'un stade en ville.

Favoriser un développement responsable

La modernisation du stade respecte les engagements de la FFT en faveur du développement durable : au total le triangle historique comprendra 1,4 hectares d'espaces verts, soit un accroissement de plus de 100 nouveaux arbres et une attention toute particulière à été portée aux pratiques écologiques (gestion responsable de l'eau, réductions de la consommation d'énergie et des déchets). Point important, du fait de sa situation en milieu urbain, le site est bien desservi par les transports en commun, réduisant ainsi l'impact de la voiture dans la desserte du tournoi.

Certification du projet

La FFT a décidé de recourir à une certification pour appuyer sa démarche de développement durable intégrée. C'est pourquoi il a été décidé de réaliser l'aménagement global du triangle historique en s'inscrivant dans une démarche BREEAM, le référentiel britannique d'évaluation de la performance environnementale des bâtiments. C'est le référentiel le plus ancien et le plus utilisé à travers le monde.

Informé en continu

Au-delà des habitués du tournoi, le projet du nouveau stade s'adresse à tous les publics. Il concerne ainsi les habitants et usagers du secteur où est implanté cet équipement, et plus largement, le grand public. Pour cela, un dispositif complet d'information et d'expression a été mis en place à son intention pendant toute la durée de la concertation et perdurera, dans une version adaptée, pendant toute la durée des travaux.

Photos FFT et article site internet de la FFT



Tournois FFT	Catégories d'âge	Juge-arbitre	Premiers matchs	Finales
Simple Séniors + Messieurs	35 ans et + 45 ans et + 55 ans et + 65 ans et + 70 ans et +	Eric Bordes	Mercredi 5 août 2015	Mercredi 19 août 2015
Simple Séniors + Dames	35 ans et + 45 ans et + 55 ans et + 65 ans et +	Eric Bordes	Mercredi 5 août 2015	Mercredi 19 août 2015
Open Messieurs	15 ans et +	Eric Bordes	Samedi 4 juillet 2015	Dimanche 19 juillet 2015
Simple Jeunes (année sportive 2015)	9 à 16 ans	Paul-Julien Delaugas	Vacances de Toussaint 2015	

Tournois internes	Catégorie d'âge	Juge-arbitre	Date limite d'inscription	Premiers matchs	Finales
Double dames non homologué	Toutes	Thomas Reneaume	Dimanche 00 avril 2015	Dimanche 00 mai 2015	Dimanche 00 juin 2015
Double mixte non homologué	Toutes				
Double messieurs non homologué	Toutes				
Simple dames	Toutes				
Simple messieurs	Toutes				

Participation à nos différents tournois

Les Tournois « Open » de simples sont ouverts à tous les licenciés FFT. Les Tournois « Internes » de simples et de doubles sont ouverts seulement aux adhérents du club.

➤ RAPPEL

Toutes les parties de nos tournois se déroulent selon les règles suivantes (sauf règles spécifiques pour les Open "jeunes"):

Partie en deux manches gagnantes, chaque manche en 6 jeux gagnants avec jeu décisif en 7 points à 6-6. Troisième manche éventuelle selon les mêmes règles que les deux premières.

Pour nos tournois Open et internes simple: deux points d'écart à partir de 40 A.

Les fiches d'inscription de tous nos tournois sont à votre disposition au secrétariat.

➤ **Attention :** Pour nos tournois Internes de doubles: point décisif à égalité et 3^e set en super tie-break (10 points) avec 2 points d'écart



Championnat de France femmes plus de 55 ans, VGA contre Sarrguemines, Didier Dahan (arbitre) entouré des joueuses des deux équipes.

Résultats interclub Séniors hiver

Les interclubs par équipe senior + Hiver se sont déroulés du 13 octobre 2014 au 5 janvier 2015.

Chez les hommes, six équipes engagées, en 35 ans, 45 ans, 55 ans et 65 ans.

En + de 35 ans, deux équipes

L'équipe 1 en Prénational se maintient (4^e sur 6 en poule) et termine septième sur douze suite au match de classement.

L'équipe 2 en 2^e Série, a joué la première place jusqu'à la dernière journée, elle finit 4^e sur 6 mais à égalité de point avec le deuxième et le troisième.

En + de 45 ans, une équipe en Honneur

Même chose, la première place s'est jouée sur la dernière journée à Thiais. Notre équipe termine à la deuxième place sur 6 équipes engagées.

En + de 55 ans, une équipe en Honneur

Ils terminent 3^e sur 5 avec l'intégration de nouveaux cette année. Mais un groupe est né et il attend avec impatience les prochains interclubs d'hiver.

En + de 65 ans, une équipe en Honneur

Une nouvelle équipe cette année avec le passage de nos plus anciens en + de 70 ans. Un résultat satisfaisant avec 3^e place sur six engagées.

En + de 70 ans, une équipe en Honneur qui termine 6^eme sur sept équipes engagées.

Chez les femmes,

Une équipe engagée en + de 55 ans dans une série unique qualificative pour le Championnat de France.

Encore une fois notre équipe a été à la hauteur et termine première avec le droit de représenter le Val-de-Marne en Championnat de France. Cette qualification s'est jouée à nouveau face à l'équipe du Plessis-Trévisse.

Globalement, le bilan général est meilleur que l'année dernière, une seule équipe championne mais deux équipes étaient en course pour le titre jusqu'à la dernière journée.

Championnat de France

Il s'est joué le 18 Janvier 2015 à domicile. Notre équipe femme a été éliminée par le TC Sarrguemines sur un score sévère de 3 à 0 alors que tous les matchs ont été très disputés.



➤ Nous souhaitons à toutes et à tous de bons championnats de printemps et surtout, venez les encourager (les dates des rencontres seront affichées au club et sont annoncées dans ces pages pour les équipes séniors).

➤ CHAMPIONNATS DE PRINTEMPS

Chez les Seniors Quatre équipes engagées.

Chez les femmes Notre équipe 1 jouera en 1^{re} Série. Si sur le papier, deux équipes semblent supérieures, le reste de la poule est assez équilibré.

L'équipe 2 jouera en 3^e Série. Les objectifs pour cette année seront le maintien des deux équipes.

Chez les hommes Notre équipe 1 va jouer en DQDN4 dans une poule compliquée. Toujours dirigée par Thomas Reneaume, elle devra assurer le maintien. L'équipe 2 jouera en 2^e Série.

Chez les jeunes
Cette année pas d'équipe chez les filles mais plusieurs équipes sont engagées chez les garçons.

AGES	
9 ans	Une équipe en 1 ^{re} Série
10 ans	Une équipe en 1 ^{re} Série
12 ans	Une équipe en 2 ^e Série
13/14 ans	Deux équipes en 1 ^{re} Série
15/16 ans	Une équipe 2 ^e Série

➤ RÉSULTATS INDIVIDUELS EN 2014

Deux champions de ligue

En + de 55 ans femme : Claudine Bussiere

En + de 75 ans homme : François Bronny

Championnat du Val-de-Marne

Calendrier des rencontres équipes Seniors - printemps 2015

MESSIEURS		
Division DQDN4 - Phase Préliminaire Poule C	Dates	Division 2 - Phase Préliminaire Poule B
VGA ST MAUR 1 - JS ALFORT 1	03/05/2015	CA VITRY 1 - VGA ST MAUR 2
ELAN CHEVILLY 1 - VGA ST MAUR 1	10/05/2015	VGA ST MAUR 2 - TC NOISEAU 1
LT ST MANDE 1 - VGA ST MAUR 1	17/05/2015	TCCV 3 - VGA ST MAUR 2
VGA ST MAUR 1 - JAMA 1	24/05/2015	BONNEUIL 3 - VGA ST MAUR 2
TCCV 1 - VGA ST MAUR 1	31/05/2015	VGA ST MAUR 2 - ES VILLIERS 2
4 simples + 2 doubles	Début des matchs à 9h00	4 simples + 1 double

DAMES		
1 ^{re} Série - Phase Préliminaire Poule B	Dates	3 ^e Série - Phase Préliminaire Poule B
VGA ST MAUR 1 - COSMA 1	02/05/2015	VGA ST MAUR 2 - TC VILLECRESNES 1
VGA ST MAUR 1 - TC BRY 1	09/05/2015	US FONTENAY 2 - VGA ST MAUR 2
US CRETEIL 1 - VGA ST MAUR 1	16/05/2015	JS ALFORT 1 - VGA ST MAUR 2
VGA ST MAUR 1 - US ALFORTVILLES 2	23/05/2015	TC THIAIS BE 2 - VGA ST MAUR 2
TC SUCY EN BRIE - VGA ST MAUR 1	30/05/2015	VGA ST MAUR 2 - SC CHOISY 2
4 simples + 1 double	Début des matchs à 14h00	4 simples + 1 double



Ph. Marc Beaudouin

De gauche à droite : François Jauffret, président de la Ligue du Val-de-Marne, Marion Bartoli et Véronique Jourdain, présidente de la commission animation/tennis féminin.

Journée de tennis féminin à la Ligue du Val-de-Marne

Cet événement annuel qui promeut le tennis féminin a rencontré à nouveau cette année, un franc succès.

Animations tennis, cadeaux, stand - où étaient regroupés bijoux, massages, vêtements et ti' punch - ont fait le bonheur des petites et des grandes. Un défilé présentant la dernière collection de notre partenaire Technifibre et une initiation à la zumba ont complété cette journée dédiée à toutes les femmes. Mais les hommes n'étaient pas en reste puisque le court n°1, la Ligue a eu l'honneur de recevoir l'une des membres de l'All England Club of Wimbledon: Marion Bartoli, vainqueur du tournoi en 2013. Durant plus d'une heure, la jeune retraitée des courts s'est prêtée au jeu des questions/réponses

avec un public conquis et à l'écoute.

Son enfance, ses idoles, ses entraînements, le tennis féminin et sa victoire ce 6 juillet 2013 sur le gazon londonien... Marion n'a rien éludé.

Elle s'est confiée, oscillant entre sa passion du tennis et son envie de faire évoluer le tennis féminin.

Elle a terminé sous les applaudisse-

ments d'un public enthousiaste qui lui a souhaité bonne chance dans ses nouvelles activités.

“ La Ligue a eu l'honneur de recevoir l'une des membres de l'All England Club of Wimbledon : Marion Bartoli, vainqueur du tournoi en 2013. ”



EXTRAITS DE LA CONFÉRENCE DE MARION BARTOLI

Q Combien d'heures d'entraînement faisiez-vous et à quel moment on se dit « je deviens championne de tennis et je m'inscris dans une carrière comme celle-ci. » ?

Marion Bartoli : Alors ce qui est paradoxal c'est que plus on est jeune, plus on s'entraîne sur le terrain en terme de tennis parce que c'est là où on apprend les bases techniques tennistiques et surtout la coordination visuelle qui est très très importante. Après plus on grandit, moins on a besoin d'entraînement tennistique pur, mais plus d'entraînement physique pour garder la condition et pour ne pas devenir de plus en plus lente à mesure qu'on progresse en âge. Donc je dirais que la quantité reste à peu près la même, 8h par jour.

Sur le ratio je dirais que étant jeune j'ai fait 5h de tennis, 3h de physique et ça a assez vite basculé à 24/25 ans vers 3h de tennis et 5h de physique, en incluant l'échauffement et les étirements mais c'est effectivement 8h dans une journée. Après le fait d'avoir envie de devenir joueuse professionnelle, pour moi ça s'est déclenché assez jeune. Je pense que c'est ce qui m'a fait tenir sur la durée en terme de volonté, de m'acharner à vouloir gagner un tournoi du Grand Chelem, j'ai commencé à vouloir vraiment gagner un RG ou Wim à 8 ans, donc vraiment très très jeune. En grande partie en regardant la finale de Coupe Davis 1991 à Lyon, car j'ai eu la chance que mon père m'amène là-bas, ce n'était pas très loin de chez moi, et j'étais dans les tribunes avec Henri et Guy et ça m'a donné une énorme envie d'être un jour à ce niveau-là et de ressentir ça sur un terrain de tennis.

Q Pour quelles raisons on se fixe un objectif ? Est-ce que c'est pour se prouver quelque chose ? Par vocation ?

M.B. : Je crois que c'est un état d'esprit, c'est-à-dire que pour moi tout ce que je faisais il fallait que je le fasse le plus parfaitement possible. Je dirais que c'est le fait d'optimiser votre potentiel au maximum quel qu'il soit. J'avais une espèce de certitude que mon potentiel c'était d'arriver un jour à gagner un tournoi du Grand Chelem, pourquoi j'avais cette certitude ? Je ne sais pas mais je sentais au fond de moi que je pouvais avoir ça. Quand je jouais chez les juniors j'avais remporté l'US Open Junior, j'étais dans la même catégorie que Sharapova, Kuznetsova, Zvonareva, Jankovic, Ivanovic... Je jouais contre ces filles là et je les battais. Et donc j'ai eu la sensation que si Sharapova gagnait Wimbledon deux ans après, moi j'avais aussi peut être ça en moi. Donc c'est un état d'esprit de donner son maximum, d'optimiser



Ph. Marc Beauderon

au maximum son potentiel. Le potentiel personnel de chacun est vraiment très difficile à déterminer. Chez moi c'était la fin de ma carrière quand j'ai arrêté de jouer, je n'ai jamais regretté cette décision car je me suis dit que chaque jour où j'étais une joueuse de tennis professionnel, et même avant, j'ai donné tout ce que j'avais, je n'aurais pas pu faire plus. Finalement quand vous vous arrêtez vous n'avez pas de regret.

Q Je vois beaucoup d'enfant et je me disais qu'est-ce que vous leur diriez, en particulier aux petites filles, qui rêvent comme vous d'être une grande championne ? Pour progresser sportivement, quels conseils vous leur donneriez ?

M.B. : C'est très compliqué car ce sont des parcours individuels, ça dépend de beaucoup de choses pour arriver à avoir la recette magique, c'est très difficile d'arriver à donner une réponse en aussi peu de temps.

Je dirais que le principal c'est d'essayer de donner le maximum de ce qu'on a. Dans le potentiel de chacun il n'y a aucune honte à être 100^e mondial comparé à la n°1. J'ai tout autant de respect pour quelqu'un qui est 100^e et qui donne le maximum de ce qu'elle a au quotidien. Il y a beaucoup de joueurs qui sont aujourd'hui 80^e ou 110^e qui pourrait faire beaucoup mieux et qui ne se donne pas les moyens, et je n'ai pas de respect pour ces gens-là parce que pour moi c'est du gâchis.

Je dirais que ce qui va être important c'est quand à chaque fois que l'enfant va être sur le terrain, c'est de donner son maximum, de la 1^{ère} minute à la dernière, d'aller à gauche à droite.

De donner son maximum, d'avoir une bonne attitude, de respecter son adversaire, de faire preuve d'humilité ... Généralement avec ces quelques lignes là ça vous amène déjà assez loin. Après il faut effectivement un petit peu de chance pour arriver à réussir ce que j'ai réussi, mais la chance sourit aux gens qui s'en donnent les moyens.

Q Sur le plan de la préparation de Wimbledon, quels sont les incontournables pour construire une victoire ? Quel est le moment le plus difficile pour y arriver ? Est-ce que c'est obligatoire, nécessaire d'avoir un coach ? Ou est-ce qu'on peut gagner seul ?

M.B. : Si vous voulez, moi je me suis retrouvée à Eastbourne, ce tournoi de préparation quelques jours avant le début de Wimbledon. Je n'avais plus d'entraîneur tennistique puisque j'avais arrêté avec mon père à Roland Garros. J'étais malade, je n'avais pas pu jouer mon 2^e tour parce que j'avais attrapé un virus, j'avais 40° de fièvre. Et j'avais mes parents qui passaient au tribunal pour officialiser leur divorce ce même jour. Donc être plus au fond du trou je pense que ce n'est pas possible, et c'était trois jours avant que Wimbledon commence.

A ce moment-là je me suis dit : « Bon, tu as 28 ans et demi, c'est quasiment ton dernier Wimbledon. C'était ton rêve de gagner un tournoi du Grand Chelem et particulièrement Wimbledon, et là tu en es quand même très très très loin d'y arriver... Donc tu vas faire finalement la chose la plus simple possible, tu vas essayer de reprendre goût à jouer au tennis ». Parce que quand il vous arrive autant de « malheur » (elle coupe). Enfin malheur ça reste... Par rapport à ce que d'autres gens vivent ça reste relatif, mais moi ce que j'avais l'impression de vivre c'était d'être au fond du trou. Il faut se raccrocher à des choses très très simples, le sourire, le bonheur, parce que j'avais perdu ça. J'étais une enfant qui avait la joie de vivre, qui était une bonne vivante, qui aimait sourire,

là je n'avais plus trop l'air de ça. Et donc je suis revenue à des choses extrêmement basiques, et je suis partie pour Wimbledon là-dessus.

J'ai commencé à gagner un match, deux matchs, puis trois matchs. Et puis il y a eu 22 ans de travail derrière avec mon père qui était là tous les jours, sur chaque entraînement, donc le tennis il était là, il n'était pas perdu. Il fallait que j'arrive vraiment à avoir une espèce de déclic, à trouver les ressources au plus profond de moi-même pour arriver à faire rejaillir, et rejaillir encore plus fort. Et c'est ce qu'il s'est passé. Une fois que je suis rentrée en deuxième semaine j'avais l'impression que c'était l'inverse, j'avais l'impression que plus rien ne pouvait m'arrêter, que j'étais plus forte que mes adversaires, que pour arriver à me battre cette semaine-là il allait falloir sortir un match vraiment énorme parce que je n'avais peur de rien.

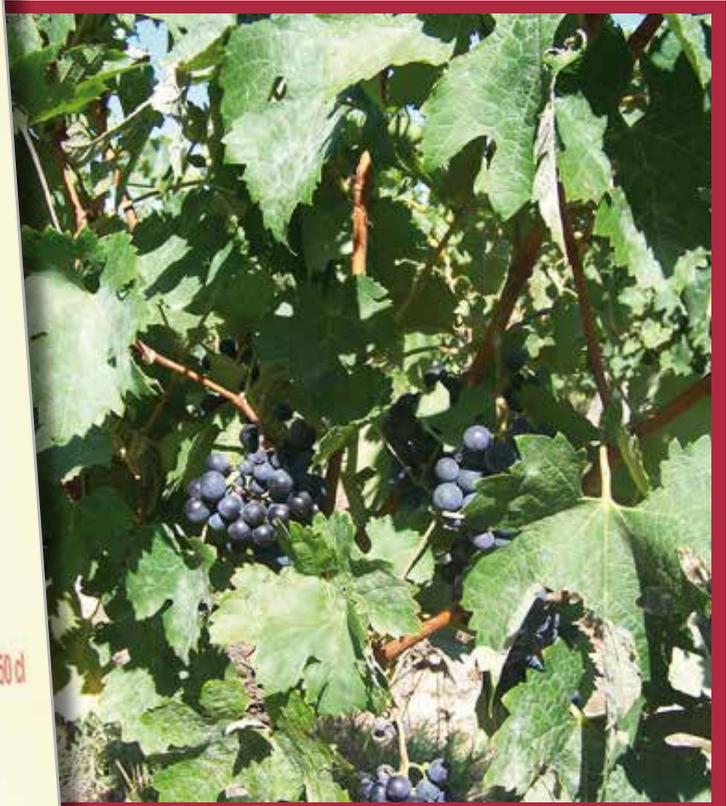
Je gagne ma demi-finale contre Kirsten Flipkens, en gagnant très très vite en moins d'une heure assez facilement. J'appelle mon père à la fin du match en lui disant « Papa, il faut que tu viennes, il est hors de question que tu ne sois pas là.

Même si tu ne m'entraînes plus j'ai besoin de toi, je ne peux pas jouer ce match sans que tu sois là ». Il est arrivé samedi matin, je jouais samedi après-midi, on a pris le petit déjeuner ensemble et il m'a dit « Je suis tellement fier de toi que tu sois en finale ». Je l'arrête tout de suite en lui disant : « Tu sais le trophée de finaliste je l'ai déjà à la maison, la réplique ça ne m'intéresse pas du tout ». Il me répond qu'il ne faut pas que je me mette la pression et je lui ai répondu « Non je ne me mets aucune pression mais il est hors de question que je reparte avec le trophée de finaliste à la maison ».

On s'est quitté, je suis allée faire mon échauffement avec Nicolas Perrotte qui est le préparateur physique de la Fed Cup et Antonin Mouchet qui est mon sparring partner. Ce match je l'ai gagné en deux sets et j'ai demandé à mon père après le match comment il l'avait vécu. Il m'a dit : « Au regard, à la façon dont tu es rentrée sur le terrain et dès les premières balles de l'échauffement, la façon dont tu frappais la balle. Je n'avais aucun doute sur le fait que tu allais gagner ! »

Donc après au niveau de la communication, quand vous avez passé 22 ans de votre vie avec quelqu'un au quotidien... mon père et moi on se comprend, ça ne sert à rien de se parler. C'est-à-dire que d'un simple regard je voyais la confiance qu'il avait en moi.

Les cinq secondes où je l'ai pris dans mes bras après avoir gagné restera un moment très fort pour moi.



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

STORES . FENÊTRES . PORTES . VOILETS

30%

DE CRÉDIT D'IMPÔT
SUR LES FENÊTRES,
PORTES, FENÊTRES,
PORTES D'ENTRÉE
ET VOILETS*

BÉNÉFICIEZ DU CRÉDIT D'IMPÔT

VOYEZ UN PRO

* Selon législation en vigueur et sous réserve de l'avis positif à des professionnels qualifiés (RGE) présents dans le bâtiment concerné et que les produits soient éligibles au crédit d'impôt. Le montant des dépenses ouvrant droit au crédit d'impôt est plafonné à 3000€ pour une personne seule, 16 000€ pour un couple et jusqu'à 400€ par personne à charge. Jusqu'au 31 décembre 2013. Plus d'informations sur : nouveau-ecv.emploi.gouv.fr

RCS Créteil 352 122 6175

STORES ET FILMS PROTECTION
86 Bd de Créteil - 94100 SAINT MAUR DES FOSSES
01 45 11 86 02 - contact@storesfilms.fr

CERTIFIÉ

STORISTES DE FRANCE
Stores Fenêtres Volets
www.storistes-de-france.com

www.facebook.com/storistesdefrance

➤ QUIZZ DU PARFAIT ADHERENT

Le saviez-vous? Le fonctionnement de la VGA Tennis est régi par un règlement intérieur!

Si vous ne l'avez pas encore dans votre tiroir de chevet, télécharger un exemplaire sur notre site internet:

<http://vgatennis.fr/le-club/le-reglement-interieur/>.

Quoi qu'il en soit, vous pourrez vous y référer sans limite (i.e. « anti-sèche » autorisé) pour tenter de répondre aux différentes questions du quizz suivant:

- 1** Dois-je obligatoirement adhérer à la VGA Saint-Maur et être licencié à la FFT pour faire partie de la VGA Tennis ?
- 2** Tout comme notre président de la République, le président de la VGA Tennis est-il élu au suffrage universel pour 5 ans ?
- 3** Le Comité Directeur a-t-il tout pouvoir pour modifier le règlement intérieur de la section ?
- 4** Le Comité Directeur peut-il décider de réserver certains créneaux horaires pour ses actions d'animation, sportive ou autre ?
- 5** En été, peut-on placer sa carte sur le tableau de réservation et partir faire ses courses en attendant le début du créneau réservé ?
- 6** En hiver, le fait d'avoir réservé un créneau fixe pour toute la saison (cours collectif, poule, jeu libre...) me permet-il de jouer aussi sur les créneaux libres ?
- 7** En été, si je bénéficie déjà d'un créneau réservé (convocation en tournoi, cours collectif...) puis-je apposer ma carte au tableau sur un autre créneau du même jour ?
- 8** En été, est-il possible d'inviter des non-adhérents à jouer sur les courts de la VGA Tennis ?
- 9** En été, la durée des créneaux de jeu en double est-elle toujours d'1h30 ?
- 10** Ecole de Tennis: la VGA Tennis est-elle responsable de mon enfant dès l'instant où je le dépose avant son cours devant la porte d'entrée du 2 bis avenue de Neptune ?

➤ **Ceux qui auront « tout bon », ou presque, sont impatiemment attendus comme candidats aux prochaines élections de notre Comité Directeur!**

Tous les autres sont condamnés à une relecture complète de notre règlement intérieur: ils constateront alors certainement qu'un toilettage s'impose.

Le Comité Directeur va y travailler, mais chacun de nos adhérents peut contribuer: in fine, vous l'avez bien compris maintenant, c'est la prochaine Assemblée Générale de notre section qui décidera...

Réponses page 31



Ph. Fotolia

Pourquoi s'échauffer ?

L'échauffement a pour objectif de préparer le corps à l'effort, tant du point de vue cardiaque que du point de vue musculaire et articulaire.

Tout effort brusque réalisé sans échauffement préalable peut conduire à des blessures (accident cardiaque, déchirures/claquages musculaire,...) Dans le cas spécifique du tennis, il est également recommandé de s'échauffer afin de pouvoir rentrer rapidement dans le match.

Beaucoup de joueurs mettent la moitié d'un set à être vraiment dans le match parce les cinq minutes d'échauffement réglementaires qui précèdent le match ne suffisent pas à vraiment préparer le corps à un l'effort.

D'autre part, s'échauffer avant un match aide aussi à se concentrer et à commencer à se mettre dans le bon esprit pour le débuter le match.

Si vous n'avez pas le temps de réaliser un tel échauffement (voir encadré), vous pouvez vous contenter de trotter en finissant par quelques sprints ou vous pouvez vous échauffer directement en jouant sur le terrain.

L'idée essentielle à garder à l'esprit est la progressivité de l'effort pendant

l'échauffement: accordez au moins 10-15 minutes à votre échauffement d'avant match et tentez de débuter votre échauffement de match déjà légèrement transpirant.

Il est important de finir l'échauffe-

ment en faisant des efforts qui font augmenter la fréquence cardiaque (sprints) afin de préparer le cœur aux efforts brusques et irréguliers qui sont faits pendant un match de tennis.

COMMENT S'ÉCHAUFFER AVANT DE JOUER ?

L'idéal est de suivre la séquence suivante, à vous d'adapter en fonction du temps dont vous disposez, en gardant à l'esprit que la progressivité de l'effort est essentielle :

- **Trotter jusqu'à commencer à transpirer (10-15 minutes)**
- **Quand le corps est chaud (transpiration), entrecouper les phases de course avec des assouplissements**
- **Flexions/extensions**
- **Rotations du buste.**
- **Moulinets bras tendus pour les épaules**
- **Faire quelques sprints**

Après environ 20 minutes, poursuivre l'échauffement sur le terrain en montant progressivement en intensité dans les frappes et dans les déplacements et en finissant par quelques points.



D'autres solutions pour faire un échauffement simple :

- **Corde à sauter**
- **Jouer contre un mur**
- **Faire du vélo**

LE CLUB LE COMITÉ DIRECTEUR 2015



Germain Roesch
Président



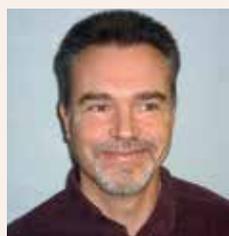
Éric Loyal
Vice-président



Bertrant Choumert
Trésorier



Sylvie Deneffe
Trésorier-Adjoint



Philippe Galvan
Secrétaire



Laurent Pauty



Olivier Gravosqui



Bernard Juramy



Marilyne Renaudin



Guy Debout



Yvette Morizot

➤ RÉPONSES QUIZZ RÈGLEMENT

- 1 Oui!** La VGA Tennis est une section de la VGA Saint-Maur (art.1.1), l'un des plus grands clubs omnisports de France, et elle est affiliée à la FFT (art.1.3), l'une des fédérations les plus puissantes du monde!
- 2 Non!** Le Président de la VGA Tennis est élu pour 1 an par le Comité Directeur de la section (art. 2.9), lui-même élu par l'Assemblée Générale annuelle des membres de la section. (art. 2.8)
- 3 Non!** Il doit en tout état de cause faire approuver les modifications au moins par l'Assemblée Générale annuelle de la section. (art. 2.15 - alinea 3)
- 4 Oui!** Notamment pour l'organisation des rencontres par équipes et des tournois. (art.3.4)
- 5 Non!** Tout adhérent posant sa carte au tableau doit rester présent au club jusqu'au début du créneau réservé. (voir art. 3.1)
- 6 Non!** L'accès aux créneaux libres en hiver suppose de souscrire aussi à la carte semaine d'hiver (art.1.7 a), désormais appelée « carte hiver » depuis que certains créneaux de week-end se sont libérés.
- 7 Non!** Dès l'instant que vous occupez un court, quelle qu'en soit la raison, votre carte doit être placée sur le créneau dont vous bénéficiez. (voir art.3.8)
- 8 Oui!** Mais dans certaines limites, le principe d'invitation devant rester exceptionnel. (art. 3.28 et 3.29)
- 9 Non!** Elle varie de 1h00 à 1h30 en fonction de la catégorie d'âge des participants et ne s'applique qu'à partir de quatre adhérents jouant effectivement ensemble. (art. 3.3)
- 10 Non!** La responsabilité du club vis-à-vis de votre enfant ne commence que lorsqu'il est pris en charge par son moniteur. (voir règlement annexe spécifique)



Étoile Du Pain Chaud

28 rue du four
Saint maur des fosses
en face du lycée
Teilhard de Chardin



Sandwicherie · Boulangerie · Salon de thé



2 bis, avenue de Neptune
94100 Saint-Maur-des-Fossés
Tél. : 01.48.85.48.52

Mail : vgatennis@gmail.com