



# REBONDS N°33

Février 2019

## La diversité, richesse du Ping Saint Paulais

La saison en cours bat son plein et en cette nouvelle année, Rebonds 33 vous propose une actualité pour le moins chargée et variée.

Nous l'espérons et nous l'avons ensuite constaté lors de certains forums d'associations, notre club, le Ping Saint Paulais attire de plus en plus de licenciés. Il attire et séduit car il n'exclue personne et, au contraire, va au-delà des autres.

Nous ferons les comptes en fin de saison, mais nous dépassons d'ores et déjà les 160 licenciés. C'est remarquable et nous nous en félicitons, d'autant plus que dans une société parfois effrayante de violence, de crise, de tensions et d'agressivité, nos « maisons » de ping, sur 5 sites différents sont des lieux d'échanges, de convivialité et de partage. Ces moments et ces lieux où chacun apprend à connaître l'autre, à le respecter et souvent à l'apprécier sont de véritables îlots de bien être où tout le monde est le bienvenu.

Dans notre volonté de se tourner vers l'autre, quel qu'il soit, notre club concrétise des projets qui ont toujours vocation à perdurer. Ainsi la création d'une section Sport Adapté, après la création d'une section handisport il y a quelques mois, entre pleinement dans cette démarche volontariste. Faire jouer ensemble, comme c'est le cas certains mardis soirs, nos jeunes espoirs, nos adultes loisirs et compétitions avec nos amis venus de l'association « Lalala Sports » de Lavaur symbolise bien qu'il est possible de rassembler les différences autour d'une passion commune.

Au-delà des sections, il y a donc des pongistes, tout simplement, qui aiment le ping et le pratiquent ensemble. Découvrez-les ainsi dans les pages suivantes.



La section Sport Adapté est créée!



Nathan Couzinier  
espoir du PSP



Le PSP s'invite  
chez Mickey 😊



Léo de Nodrest  
Futur champion



Le ping féminin  
au top!



# Nos partenaires

## Raquette d'or



**NORD  
MIDI-PYRÉNÉES**  
BANQUE ET ASSURANCES  
*Le bon sens a de l'avenir*



## Raquette d'argent



**Groupama**  
la vraie vie s'assure ici

Votre correspondant local

**Fabrice DALLAN**

19 rue de la République à Saint Paul Cap de Joux  
Tél. 05 63 70 51 96 / 07 86 58 45 82

[www.groupama.fr](http://www.groupama.fr)

Groupama d'Oc - Caisse Régionale d'Assurances Mutuelles Agricoles d'Oc



# SOMMAIRE

<b>Retour sur...</b>	
<b>Les 24h d'Albi</b>	<b>1</b>
<b>Les Tournois d'été</b>	<b>2</b>
<b>Les échanges PSP/Amicale Laïque de Graulhet</b>	<b>3</b>
<b>On se prépare: stages</b>	<b>5</b>
<b>On se réunit: Les Forums des asso., les Ass.Générales</b>	<b>6</b>
<b>Saison 2018/2019</b>	
<b>L'actu ping</b>	<b>7</b>
<b>La création des Sections Handisport et Sport Adapté</b>	<b>12</b>
<b>Interview Marion Lhuillery-Prim</b>	<b>13</b>
<b>Les résultats côté handisport: Corentin Gilles</b>	<b>17</b>
<b>Interview Nathan Couzinier, espoir du PSP</b>	<b>18</b>
<b>Les Intercomités</b>	<b>21</b>
<b>La page des enfants</b>	<b>24</b>
<b>La section Baby Ping</b>	<b>27</b>
<b>Les Défis Ping</b>	<b>28</b>
<b>Le Championnat par Equipes</b>	<b>29</b>
<b>Le Critérium Fédéral</b>	<b>34</b>
<b>Classement officiel</b>	<b>36</b>
<b>Interview d'un futur champion : Léo de Nodrest</b>	<b>37</b>
<b>Zap'Ping</b>	<b>41</b>
<b>La section Ping Santé Seniors</b>	<b>42</b>
<b>Compétitions Vétérans</b>	<b>43</b>
<b>Le Tournoi de Noël</b>	<b>44</b>
<b>Le Téléthon</b>	<b>45</b>
<b>Le PSP partenaire de l'association Gogaby</b>	<b>46</b>
<b>Commission Festivités</b>	<b>47</b>
<b>On cuisine!</b>	<b>48</b>
<b>On s'amuse!</b>	<b>49</b>
<b>Ils nous ont rejoint/Agenda</b>	<b>51</b>
<b>Dans la presse</b>	<b>52</b>
<b>Interview d'un partenaire: Garage de La Bajole</b>	<b>55</b>
<b>Nos partenaires</b>	<b>56</b>

Le samedi 30 Juin et le dimanche 1er Juillet s'est déroulée la **5ème édition des 24h d'Albi**, compétition qui dure 24h entre samedi midi et dimanche midi avec 27 équipes inscrites soit un peu moins que la saison passée.

Le PSP était largement représenté avec 5 équipes: **les Ping Floyd** (Nicolas Durand, Franck Gomez, Loic Cerisier et Michel Tiplié), **Ping'ouins** (Arthur Mouly, Corentin Gilles et Jason Hantz), **La Grouch Team** (Julie Salmeron, Valérie Blanc, Kevin Louarn et Claude Blanc), **Les Pokémons Légendaires** (Guillaume Blanc, Claire Dufau et Aymeric) et **la Family Ping** (Emmanuelle, Quentin et Tanguy).

Au final, avec cette année une température assez chaude avec la victoire des Bleus face à l'Argentine en 1/8ème et toujours autant d'ambiance autour des tables et une super organisation, c'est l'équipe des Ping'ouins qui prend la meilleure place en terminant 7ème. Les Pokémons Légendaires terminent 10ème, La Family Ping 12ème, la Grouch Team 23ème et les Ping Floyd 25ème.

Pour la prochaine édition, le PSP sera à coup sur présent pour passer une agréable compétition.



## Les Tournois d'Eté

Incontournable depuis plusieurs saisons, les **tournois d'été** ont réunis un nombre conséquent de pongistes (mais étonnamment très peu du club) durant la saison estivale. Bien utiles pour agrémenter l'intersaison, ces tournois se sont tenus **le vendredi soir** mobilisant joueurs et joueuses évidemment mais **aussi juges arbitres et bénévoles de la commission festivités**. Bravo à tous et merci aux clubs qui ont joué le jeu!

A noter et c'est important que nous avons ainsi inaugurer le **nouveau sol de la salle des sports** qui méritait bien depuis tant d'année un nouveau revêtement 😊



## Le PSP en vacances à la Courbe

Les 27 et 28 Aout, alors que la rentrée scolaire se rapprochait à grand pas, **10 jeunes pongistes ont passé deux jours et une nuit dans les confortables installations du Centre de Loisirs de La Courbe** qui se situe sur la Commune de Busque. Ils ont pu profiter de la **piscine**, du **parcours d'accro-branches** et de tous les jeux mis à disposition par l'**Amicale Laïque de Graulhet**.

Encadrés par **Kévin, Arthur et Patrice** (pour la soirée du lundi), nos pongistes ont utilisé les jeux extérieurs (la météo a été une nouvelle fois idéale). Une **sympathique veillée**, des jeux de société, des tables de ping pour ne pas oublier les fondamentaux, des **jeux en bois grand format**: le programme fut intégralement respecté au bénéfice du **plaisir de se retrouver et de partager de bons moments** juste avant les premiers stages et les premiers entraînements de début de saison.



# Retour sur... Les échanges PSP/Amicale Laïque de Graulhet

# 4

## La Courbe au PSP

À la suite du séjour au Centre de Loisirs, ce fut au PSP de recevoir certains jeunes du centre de loisirs le 29 Aout. Au programme, **initiation aux bases du ping et tournoi amical** l'après midi (avec médailles, posters et autres récompenses pour chacun et chacune) après le traditionnel **pique nique pris en commun**. Bien aidés par **Arthur et Angèle, Kévin** a ainsi préparé cette journée afin que chacun profite au maximum des installations et du savoir faire du club. Beaucoup d'enfants avaient déjà un niveau de pratique correct car ils avaient pu jouer auparavant notamment sur les tables du centre ou même en étant venus les années précédentes.

Dans une ambiance excellente, jeunes et animateurs ont été sensibles à l'accueil dont ils ont bénéficié et le PSP a démontré sa volonté **de promouvoir le tennis de table** et de **travailler avec des associations partenaires** qui défendent les mêmes valeurs.





Pendant les vacances de la Toussaint, le club a organisé trois jours de stage: le **23 Octobre à Lugan** et les **24 et 25 Octobre à St Paul**. Lors de chaque journée, une **quinzaine de jeunes** et moins jeunes sont venus pour approfondir et perfectionner leur base technique. **Kevin** fut aidé notamment sur St Paul par **Francis, Arthur, Franck et Alain** et par **Tanguy** sur Lugan. Tout au long de ces trois jours, l'ensemble des participants était à l'écoute des consignes et des conseils des différents techniciens. Chacun a essayé de faire au mieux les exercices demandés. Lors de chaque fin de journée, une **compétition** était organisée pour mettre en application les exercices vu le matin sous différentes formes (Top, Coupe Davis...). Un **gouter** est venu clore les trois jours de stage.

Juste après les fêtes, le **4 Janvier, 17 joueuses et joueurs jeunes et adultes** sont venus taper dans la petite balle après les fêtes de fin d'année. Tout au long de la journée, ils ont été assidus et ont réussi, avec plus ou moins de succès, les différentes situations mises en place par Kevin.





## Les Forums des associations



En septembre dernier, les dirigeants et techniciens du PSP se sont mobilisés pour **assurer la présence du club lors des différents forums d'associations organisés à Saint Sulpice, Damiatte, Lautrec, Vielmur et Lavour**. Ainsi, durant les **deux premiers week end de septembre**, l'association a assuré sa promotion avec flyers, affiches, banderoles, posters et autres. Très importantes, ces manifestations organisées par les mairies sont une occasion de vraiment promouvoir nos différentes sections et de participer aux évènements que ces communes mettent en place au service des habitants.

Nous avons pu constater par exemple que la **fréquentation très importante des stands à Saint Sulpice et Lavour** (où nous étions sur le stand des Boutons d'Or) s'est confirmée ensuite par de nombreuses inscriptions.

## Les Assemblées Générales: Comité et club

Moments forts de nos associations, les Assemblées Générales ont eu lieu en **septembre 2018**. **Rapports d'activité, des commissions et rapports moraux, bilans financiers, allocutions des personnalités, remise des récompenses ont permis de faire un point détaillé de la saison passée**. Un vrai **coup de chapeau** doit être donné à **tous les bénévoles et techniciens salariés** qui œuvrent ainsi toute l'année au profit des clubs et des adhérents.

A noter la **faible présence des licenciés du PSP** à l'Assemblée Générale qui pour la plupart ne remplissent ainsi pas leur devoir vis-à-vis du club. **C'est fort dommage** et un peu décourageant pour ceux qui préparent ces évènements donnant sans compter temps et énergie.



## Championnats du monde par équipes en Suède

La Chine au sommet du monde en ce mois de mai conserve ses couronnes mondiales (hommes et femmes). Une finale sans bavure contre les allemands. **Les français** terminent à la **17ème place**, n'ayant pu sortir des poules. Un **manque de réalisme évident** pour nos tricolores.

1. Chine
2. Allemagne
3. Corée du Sud
4. Suède

...

### 17. France

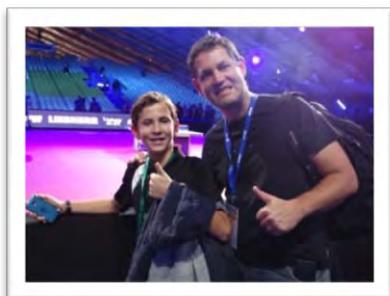
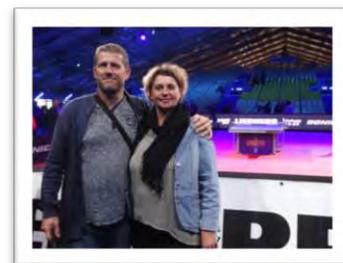
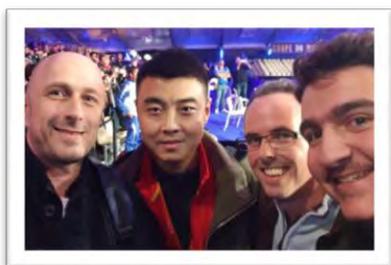
Voici le Top 100 messieurs d'après le classement mondial publié par l'ITTF pour le mois de janvier 2019.

Classement	Décembre 2018	NOM - Prénoms	Pays	Points	Classement	Décembre 2018	NOM - Prénoms	Pays	Points
1	1	FAN Zhendong	CHN	17001	51	51	JHA Kanah	USA	7185
2	2	XU Xin	CHN	15835	52	52	GARDOS Robert	AUT	7174
3	5	HARIMOTO Tomokazu	JPN	14625	53	53	LIAO Cheng-Ting	TPE	7109
4	4	LIU Gaoyuan	CHN	14596	54	54	ROBLES Andrea	ESP	7106
5	3	BOLL Timo	GER	14065	55	55	STEGER Bastian	GER	7066
6	6	CALDERANO Hugo	BRA	13965	56	56	PERSSON Jon	SWE	7033
7	7	LEE Sangsu	KOR	13359	57	57	SKADNIKOV Kiril	RUS	7028
8	8	WONG Chun Ting	HKG	12669	58	58	FEGERL Stefan	AUT	7024
9	10	NIWA Koki	JPN	12466	59	59	JORGIC Denko	SLD	6995
10	13	MIZUTANI Jun	JPN	12365	60	41	MATSUDAIRA Kenta	JPN	6914
11	15	JIANG Woojin	KOR	11939	61	60	ZHOU Yu	CHN	6751
12	11	MA Long	CHN	11930	62	61	HO Kwan Kit	HKG	6729
13	12	FALCK Matthias	SWE	11713	63	62	GAO Ning	SGP	6599
14	9	OVTCHAROV Dimitrij	GER	11533	64	63	PISTEJ Lubomir	SVK	6568
15	14	FRANZIŠKA Patrick	GER	11508	65	64	ISACINA Andrej	UKR	6528
16	16	PITCHFORD Liam	ENG	10940	66	65	YOSHIMURA Kazuhito	JPN	6435
17	20	LIM Jonghoon	KOR	10914	67	66	ALAMIAN Nima	IRI	6325
18	19	SROTH Jonathan	DEN	10613	68	68	DJIAS Jakub	POL	6247
19	17	CHUANG Chih-Yuan	TPE	10595	69	70	NUYTINCX Cesaric	BEL	6084
20	36	LIANG Jingkun	CHN	10299	70	71	PUCAR Tomislav	CRO	6061
21	21	JEDNG Sangseun	KOR	9989	71	72	WANG Yang	SVK	6017
22	22	JEDUNG Youngsik	KOR	9867	72	73	WANG Yuhang	CHN	5876
23	18	SAMSONOV Vladimir	BLR	9760	73	74	ALAMIYAN Noshad	IRI	5856
24	24	KARLSSON Kristian	SWE	9485	74	75	STOVANOV Nilsper	ITA	5851
25	25	FREITAS Marcelo	POR	9416	75	76	ZHANG Jike	CHN	5709
26	26	ARUNA Quaden	NGR	9394	76	77	OKAJAWA Mizuki	JPN	5661
27	27	FILUS Rüdven	GER	9218	77	78	JIANG Tianyi	HKG	5607
28	28	YOSHIMURA Maharu	JPN	9162	78	79	OLAH Benedek	HUN	5599
29	29	LIN Yun-Ju	TPE	9162	79	80	BOBOKCA Mihai	ITA	5471
30	30	ACHANTA Sharath Kamal	IND	9118	80	81	JOUTI Eric	BRA	5460
31	31	GNANASEKARAN Samiyam	IND	9030	81	83	JANCAK Lubomir	CZE	5241
32	32	UEDA Jun	JPN	9024	82	84	SZODS Huber	ROU	5104
33	33	OSHIMA Yuya	JPN	8779	83	85	WANG Chuqin	CHN	5066
34	34	GAUZY Bowen	FRA	8791	84	86	KHANIN Alaksandr	BLR	5042
35	34	CHEN Chen-Rin	TPE	8585	85	87	AGUIRRE Manolo	PAR	5000
36	37	WALTHER Ricardo	GER	8448	86	88	LIND Anders	DEN	4952
37	38	LEBESKOV Tsvetanov	BUL	8379	87	89	NG Pak Nam	HKG	4869
38	39	MARSOHN Daniel	AUT	8322	88	90	ZHENG Pengfeng	CHN	4860
39	40	AROLONIA Tago	POR	8067	89	91	LAMBIET Florent	BEL	4851
40	42	KOU Lei	CHN	7829	90	92	MADRID Marcos	MEX	4850
41	67	LIU Dinghui	CHN	7821	91	93	GERALDO Joao	POR	4849
42	43	TSUBOI Gustavo	BRA	7820	92	94	UDA Yukiya	JPN	4841
43	35	GRASSIMENKO Kiril	KAZ	7743	93	95	WALKER Samuel	ENG	4834
44	44	IONESCU Ovidiu	ROU	7649	94	96	SHIBAEV Alexander	RUS	4831
45	45	DUDA Benedikt	GEB	7404	95	99	ROBINET Alexandre	FRA	4785
46	46	GONIS Panagiotis	GRE	7329	96	98	KIM Donghyun	KOR	4744
47	47	ASSARI Omar	EGY	7263	97	99	SIRUCEK Pavel	CZE	4737
48	48	MORIZONO Masataka	JPN	7251	98	100	DESAI Harmeet	IND	4734
49	49	TOKIC Bojan	SLD	7239	99	99	YOSHIDA Masaki	JPN	4728
50	50	CHO Seungmin	KOR	7188	100	101	DEVOS Robin	BEL	4716

### Coupe du monde à Disneyland Paris (19 au 21 octobre 2018)

La coupe du monde de Ping a été l'événement phare de cette année 2018 car organisée en France en plein cœur de **Disneyland**, la Mecque des parcs d'attraction. **Une dizaine de Saint Paulais** avaient réservé ce déplacement un an à l'avance. Pour nous être déplacés lors de plusieurs événements en France : coupe du monde 2011 (Paris – Halle Carpentier), Top 16 à Antibes... Nous pouvons dire que cette édition a été **une réussite** tant au niveau de l'organisation que de l'ambiance vécue au sein de cette Arena. De **nombreuses animations** se sont succédées (lancés de tee-shirts et de balles, animations musicales pour chauffer le public ont été au rendez-vous). La FFTT a sorti les grands moyens lors de cette édition pour accueillir de la plus belle des manières plus de **4000 personnes** sur ces 3 jours.

Ce qui a été particulièrement agréable, et chose étonnante également, c'est que nous avons pu faire des selfies avec un certain nombre de joueurs : **Hugo Calderano** très accessible ainsi que **Mathias Falck**, le suédois, **Quadri Aruna** et d'autres. Il était assez aisé de se retrouver à l'extérieur de l'arena et de pouvoir aborder **Wang Hao**, ancien champion du monde chinois et aujourd'hui entraîneur de l'équipe de Chine.



Nous pensions connaître tous ces joueurs et c'était une erreur car nous avons découvert de parfaits inconnus. La **palme des joueurs les plus atypiques et les plus attachants** revient à **Hu Heming** (Australie) 170ème joueur mondial. Il était venu dans l'esprit de se faire plaisir sachant à l'avance qu'il n'avait que très peu de chance de sortir des poules. Ce joueur se mettait en scène en faisant appel au public pendant les temps morts, pour avoir des applaudissements et ainsi pouvoir obtenir du soutien. Joueur venu sans coach mais avec sa copine... Voilà les coulisses de cette coupe du monde.

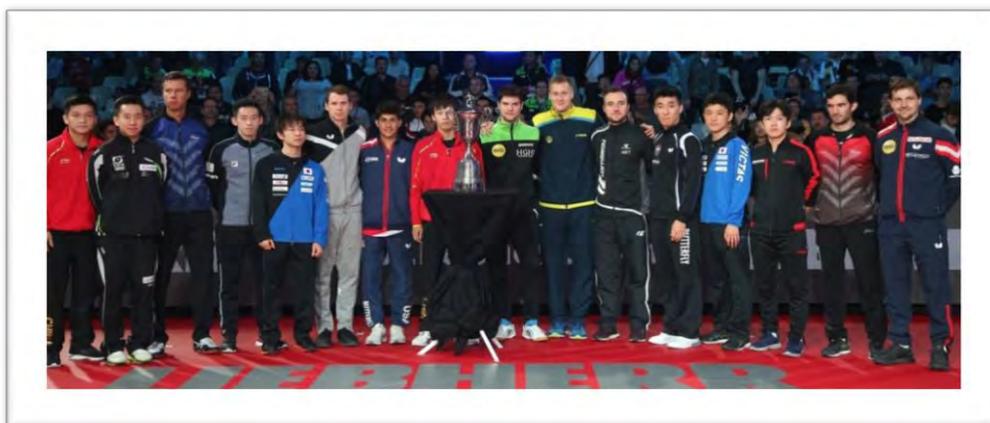
Une autre surprise nous est venue des Amériques, un jeune joueur de 18 ans, **Jha Kanak (Etats-Unis)** a pu se qualifier pour le tableau final. Joueur de talent et prometteur, il réussit à prendre un set au chinois Lin Gaoyang.



Nos français tant attendus ont fait un beau parcours, **Emmanuel Lebesson** réussit à sortir des poules après un match marathon face à Hugo Calderano. Simon Gauzy a dû batailler dur également pour venir à bout de Quadri Aruna en poule. Il perd en 16ème de finale après un match épique face à un excellent Lee Sangsu. Simon réalise 2 roulettes de toute beauté mais cela n'a pas suffi. Dommage car un huitième de finale était tout proche.

En tout cas le public a fait une standing ovation à **Simon Gauzy** ainsi qu'à **Vladimir Samsonov**, une légende vivante du Ping qui perd en quart de finale (4-0) logiquement face au futur champion du monde de l'édition Fan Zhendong. Timo Boll perd dans une finale sans issue 4 -1. Le Podium est le suivant :

1. **Fan Zhendong**
2. **Timo Boll**
3. **Lin Gaoyang**



## Grande finale du World Tour en Corée du sud (Incheon-décembre 2018)

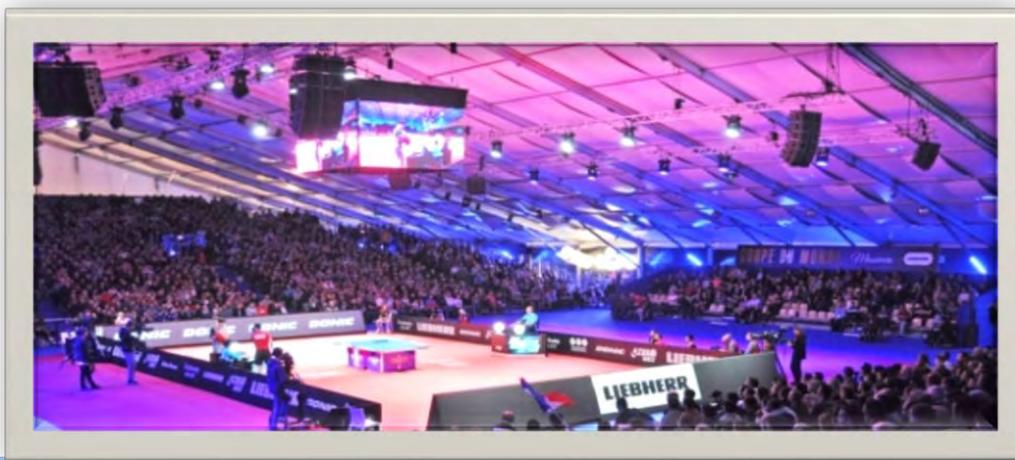
C'est fait **Tomokazu Harimoto, 15 ans** devient le plus jeune pongiste de l'histoire à obtenir le graal en remportant ce tournoi de fin d'année qui réunit les meilleurs joueurs mondiaux. Il bat le Chinois Lin Gaoyuang en finale 4-1. A noter l'**exploit de Hugo Calderano** qui **bat Fan Zhendong le n° 1 mondial** en quart de finale 4-2. Un match parfait pour le brésilien qui vient de cette manière couronner sa très belle saison. Hugo se hisse à la 6ème place mondiale.



## Une audience exceptionnelle du PING en 2018

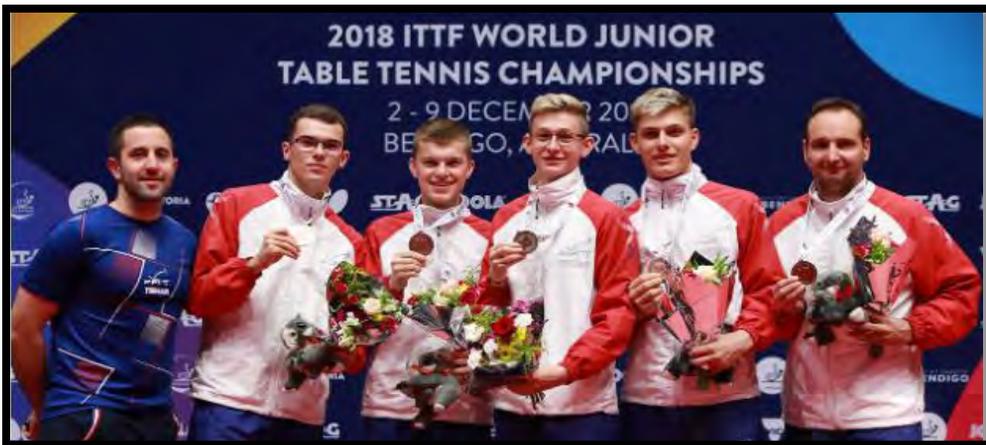
En termes d'audience et de popularité le Tennis de Table a atteint des sommets. Selon L'ITTF, **plus de 1 milliard de personnes ont suivi les événements clés de la saison** (championnats du monde, coupe du monde et worlds tours). Les niveaux extraordinaires de visibilité ont généré une valeur médiatique officielle d'environ 900 millions de dollars. De plus les réseaux sociaux sont en nette progression au cours des 12 derniers mois : 37% sur Twitter, 41% sur Instagram et 48% sur YouTube.

C'est une très bonne chose **pour notre sport qui devient de plus en plus médiatisé au niveau mondial.**



## Championnats du monde Junior (Australie)

L'équipe de France Juniors a réalisé un résultat plus qu'honorable en décembre lors des championnats du Monde de la catégorie, organisés en Australie. **L'équipe Juniors garçons et la paire de double Léo de Nodrest / Irvin Bertrand se sont parés de bronze.** Deux médailles qui valident une année 2018 réussie pour l'équipe de France dans les catégories jeunes.



## Vidéos fun de Ping

Cette croissance du Tennis de Table dans les médias se confirme notamment avec des **vidéos sur le net introduisant le Ping dans des situations assez peu communes.** Plusieurs joueurs et joueuses du circuit mondial contribuent à faire le Buzz. Nous tenons à mettre aujourd'hui en avant une joueuse Allemande, **Sabine Winter** (classée dans les 50 mondiales) que nous avons découverte lors du top 16 à Antibes. Elle propose des **vidéos tout à fait insolites** que je vous invite à regarder. Nous avons d'ailleurs mis les liens de ces dernières sur la page Facebook du club.

Sabine joue au **ping sur un surf, escalade une montagne avec sa table** sur le dos ou bien déambule dans la rue tout en jouant au ping... Autant de situations improbables bien mises en scène et très bien réalisées. Bravo pour ce travail de composition.





# La création des sections handisport et Sport Adapté

# 12

Notre association a toujours essayé progressivement de **se développer et de se tourner vers tous les publics**. Depuis la **création du club par Francis en 1986**, le Ping Saint Paulais a entrepris de très **nombreuses actions**, mis en place de **nombreux projets**. Nous n'allons pas là tous les énumérer mais simplement expliquer que, conformément au **Projet Associatif 2012/2020** de notre club, la volonté de **se tourner vers des personnes en situation de handicap** est claire, affichée.

Aussi, depuis le milieu de la saison précédente, avec l'**affiliation à la Fédération Française Handisport** nécessaire pour accueillir et accompagner **Corentin Gilles**, venu du Castres TTT et pratiquant handisport (voir les articles qui lui sont consacrés dans ce magazine et les deux précédents), le PSP a franchi une première étape. Il s'agira dorénavant, outre l'accompagnement de Corentin, d'**intégrer de nouveaux pongistes ayant un handicap physique**.

Depuis le début de la saison, comme vous l'explique **Marion Lhuillery-Prim** dans l'interview, **notre club accueille aussi des personnes en situation de handicap mental, psychique et psychologique** à travers l'**association sportive Lalala Sports sous l'égide de l'APAJH de Lavaur**. Ainsi la création de cette section, l'**affiliation auprès de la Fédération Française de Sport Adapté** qui s'occupe des pratiques sportives pour ce public, concrétise une **nouvelle étape très importante pour le club**.

Conformément à ses statuts, validés lors de la dernière Assemblée Générale de septembre dernier, conformément au Projet Associatif du club, le Ping Saint Paulais tend à devenir un **club où chacun et chacune peut trouver les conditions pour s'épanouir** dans une activité que nous aimons tous : le tennis de table.

A ce titre, il **recherche des partenaires financiers** afin de pouvoir pérenniser ces actions et permettre à travers son technicien et ses bénévoles d'animer ces séances, de coacher chacun et chacune sur les différentes compétitions. **Si vous êtes sensible à cette démarche, n'hésitez pas à vous rapprocher de Francis ou Patrice.**





# INTERVIEW

13



## Marion Lhuillery-Prim

Educatrice sportive

Plate-forme Adultes Autonomes des Fédérations APAJH de Lavour  
ASSOCIATION SPORTIVE « LALALA Sports »

*Depuis septembre, notre club accueille avec grand plaisir de nouveaux adhérents venus du foyer de l'APAJH de Lavour. Ainsi la collaboration entre nos deux associations, qui va vous être expliquée ci-dessous par Marion LHUILLERY-PRIM, a permis au club de s'affilier à la Fédération Française de Sport Adapté et ainsi d'ouvrir une section à destination d'un nouveau public. Il s'agit là d'une action qui se veut pérenne et qui s'inscrit dans le projet associatif du club (que chacun d'entre vous peut retrouver sur notre site internet à l'adresse suivante : <http://www.pingstpaulais.com/documents/>).*

*Aussi, nous donnons ainsi la parole à Marion, éducatrice sportive de la structure qui a travers cette interview va vous présenter le projet et sa concrétisation cette saison.*

**Bonjour Marion, peux-tu s'il te plait nous présenter la structure dans laquelle tu travailles ?**

Je travaille dans un Foyer d'Hébergement, qui accueille des personnes en situation de handicap mental et ou psychique. Les personnes accueillies travaillent à l'ESAT (Etablissement et Service d'Aide par le Travail) en journée et rentrent sur le Foyer le soir.

**Avant d'aller plus loin, peux-tu te présenter en nous expliquant notamment ton rôle et tes fonctions dans celle-ci.**

Je suis éducatrice sportive dans cet établissement, où j'encadre toutes les activités physiques et sportives. Les personnes accueillies travaillent en journée, et lorsqu'elles rentrent chez elles, elles peuvent venir faire des activités physiques, comme tout un chacun. La seule différence, c'est que les activités pratiquées sont adaptées au niveau de compréhension de chacun, et suivent les règlements sportifs mis en place par la Fédération Française du Sport Adapté.





# INTERVIEW

14



## Marion Lhuillery-Prim

**Quelles sont les activités de ces personnes que tu encadres (professionnelles, culturelles etc.) ?**

Les sportifs que j'encadre travaillent à l'ESAT, dans les différents services (bagagerie, sous traitance, entretien des locaux, blanchisserie...). La plupart de ces personnes sont très autonomes et se déplacent en ville, font leurs courses, vont au cinéma, voir des matches de rugby, etc... Elles sont accompagnées par l'équipe éducative, qui met en place des aides et des soutiens pour que leurs projets de vie puissent aboutir.

**Comment se passent les activités sportives au sein de votre structure, quelles sont-elles, où se déroulent-elles ?**

Il y a des activités compétitives et loisirs. Les sports pratiqués en compétition sont : le basket, le badminton, le ping-pong, la pétanque, le tir à l'arc.

Les activités pratiquées en loisir sont : la remise en forme, la marche, le golf (occasionnellement)

Ces activités se pratiquent sur les installations sportives de Lavaur (gymnase, boulodrome, salle de tir), à l'exception du tennis de table qui s'effectue à saint Paul ☺.

En ce qui concerne l'organisation : je récupère les sportifs sur le Foyer, ou sur leur lieu de travail. Lors de l'activité, nous faisons tout d'abord un échauffement, suivi d'exercices spécifiques et nous terminons par des situations de matchs.





## Marion Lhuillery-Prim



**Quelles sont ainsi les raisons, les attentes qui ont motivés ton choix de faire appel au Ping Saint Paulais pour animer les séances ?**

Bien que ma formation m'ait appris à être polyvalente, je n'avais pas assez de compétences techniques pour faire progresser au mieux les sportifs que j'encadre. Lors d'une séance de tir à l'arc, j'ai vu une affiche du club de saint paul, sur le ping santé, et j'ai donc décidé de vous contacter, pour parler d'une éventuelle collaboration. Nous sommes très vite tombés d'accord sur l'intérêt d'un partenariat (que ce soit pour les deux parties), et avons par la suite, signé une convention entre nos deux associations. Cette convention détermine les fréquences et conditions d'entraînement. En effet, le groupe sport adapté a intégré, depuis la rentrée de septembre, le groupe de ping-pong du mardi soir, au gymnase de Saint-Paul. Nous sommes accueillis et intégré avec les autres joueurs du club pour l'entraînement. C'est une grande avancée pour l'intégration de personnes en situation de handicap dans le milieu ordinaire !

**Combien de personnes pratiquent-elles ainsi le tennis de table ? Peux-tu nous les citer ?**

Il y a, pour cette première saison, deux femmes et trois hommes qui pratiquent le tennis de table : Angéline, Brigitte, Jean-Philippe, Jean-Claude et Jacky.

**Comment se déroulent les séances de tennis de table ?**

A notre arrivée à l'entraînement, Kevin fait un bilan rapide des rencontres qui ont eu lieu durant le we, et celles à venir. Ensuite nous commençons par faire des "gammes" et autres exercices plus spécifiques. Tous les joueurs sont mélangés, que ce soit, les jeunes, les compétiteurs et le sport adapté. Parfois, Kevin lance des exercices spécifiques pour les joueurs du groupe que j'accompagne, tel que le service, ou situation de match (quand nous avons compétition le WE qui suit)





# INTERVIEW

16



## Marion Lhuillery-Prim

**Après quelques séances, les pratiquants ont-ils trouvé leurs marques, se sont-ils bien adaptés ?**

Dès la première séance, les sportifs se sont sentis très bien intégrés. L'intégration avec les autres membres se passe très bien ! et Après seulement quelques mois d'entraînement, je peux constater une amélioration dans leur jeu.

**La plupart des pratiquants évoluent aussi sur des compétitions, comment se déroulent-elles durant l'année ?**

Malheureusement, le ping-pong n'est pas une activité très développée dans le sport adapté. Peu d'associations le pratiquent sur la Zone Pyrénées. Toutefois, lors des rencontres, les matches se font par poule le matin et les quart, demi et finales se jouent l'après-midi. Les joueurs sont répartis en CLASSE SPORTIVE (AB/BC/CD). C'est-à-dire qu'en début de saison dernière, les éducateurs référents et coordinateur, ont dû remplir des questionnaires concernant les sportifs. Ils se répartissaient en 4 catégories : Autonomie, socialisation, communication et motricité. Il fallait déterminer si le sportif avait besoin d'aide de façon régulière, peu régulière, ou si ce dernier n'avait pas besoin d'aide du tout. Les réponses à ces questionnaires ont donné la classe à laquelle appartient le sportif. Cette classe est utilisée pour tous les sports. C'est-à-dire, si un sportif est dans la catégorie CD, comme tous les sportifs que j'encadre, ils seront dans cette catégorie, en ping-pong, en basket et tir à l'arc.

**Un dernier mot ?**

Je suis ravie de ce partenariat ! Que ce soit dans la qualité des entraînements, la bonne ambiance et le respect entre les joueurs, et l'implication des dirigeants auprès du groupe sport adapté ! C'est vraiment une très belle avancée dans l'intégration et l'inclusion des personnes en situation de handicap, dans le milieu ordinaire.

Merci au Ping Saint Paulais

*Merci Marion, nous sommes ravis d'avoir pu, grâce à toi mieux connaître cette belle action qui témoigne des valeurs partagées de nos deux associations. Nous espérons vivement que la section Sport Adapté perdure très longtemps. Grâce à l'énergie, la passion et le professionnalisme de chacun, il y a fort à parier que nous continuions durablement à passer de très bons moments autour des tables de ping. A Vos raquettes !*



# Les résultats côté handisport : Corentin Gilles

# 17

## 1er Tour du Critérium Handisport Nationale 2

Depuis cette saison, **Corentin Gilles** porte également les couleurs du **PSP** dans le cadre des compétitions handisports. Pour sa première, il s'est déplacé à Montrodat en Lozère à l'occasion du 1er Tour du Critérium Handisport le samedi 3 Novembre. Il évoluait en **Nationale 2A Debout**. La compétition s'est déroulée sous la forme d'un Top 8 durant toute la journée. **Corentin était accompagné par Kevin et son papa Jean-Pierre**. Il y avait également **Nicolas Mille** qui porte cette saison les couleurs de son club **Labastide-Gaillac**.

Corentin débuta parfaitement sa compétition avec 3 victoires en autant de match. Pour sa 4ème rencontre, il affronta son copain Nicolas. Et ce fut le match le plus accroché de la journée avec une belle victoire 3/1. Avant son dernier match, il était quasiment assuré de la 1ère place. Et il remporta haut la main son dernier match face au plus fort.

**Il termine donc invaincu en ayant perdu qu'un seul petit set sur la compétition et monte sur la 1ère marche du podium. Il accède pour la 1ère fois de sa jeune carrière à la Nationale 1B.**

Nicolas termine 2ème.

Rendez vous donc le **9 Février à Metz pour le 2ème Tour** où l'objectif sera le maintien.



## Nathan Couzinier, espoir du PSP

*S'il est un jeune joueur du PSP qui est discret mais qui fait progressivement son chemin, c'est bien Nathan Couzinier. Semaine après semaine, le jeune homme progresse, apprend peu à peu les bases et commence ainsi à obtenir des résultats sympathiques.*



*Sélectionné, en automne dernier, dans l'équipe du Comité du Tarn, Nathan a pu s'affirmer et prendre confiance en ses moyens. Au milieu des nombreux et nombreuses pongistes du club évoluant au niveau régional lors des épreuves du Critérium Fédéral, Nathan symbolise à merveille l'esprit pongiste. Nous avons ainsi choisi de mettre en lumière Nathan et nous sommes impatients de mieux connaître cet apprenti champion.*

**Quel âge as-tu ? En quelle classe es-tu, dans quelle école ?**

Bonjour, j'ai 10 ans, je suis en CM2 à l'école de Serviés. J'habite à Guitalens-L'Albarède. J'ai une sœur Eléa qui a 12 ans.

**Comment as-tu découvert le ping et depuis combien de temps pratiques-tu au club ?**

J'ai fait une première année de baby-ping quand j'avais 5 ans puis j'ai fait du basket pendant 1 an puis du foot quelques mois. Cette année est ma troisième année consécutive dans le club. J'aime l'ambiance qui y règne, il n'y a pas de moqueries et tout le monde est encouragé quel que soit son niveau.

**- Combien de fois t'entraînes-tu par semaine ?**

Je m'entraîne au moins deux fois par semaine : le mardi soir je fais l'entraînement avec les adultes et le vendredi avec les enfants à Saint-Paul. J'apprécie vraiment de pouvoir m'entraîner avec des personnes de tous âges qui ont des styles de jeux différents, cela m'aide à évoluer. Pendant les vacances scolaires je profite des stages proposés par le club pour me perfectionner.



## Nathan Couzinier



**Quels sont les compétitions auxquelles tu participes ?**

Je participe au critérium fédéral, où je me maintiens en régional. Je participe aussi au championnat du Tarn ; j'ai également été sélectionné pour participer aux intercomités pour représenter le Tarn avec cinq autres enfants. Cette année, j'ai intégré l'équipe 4 du club dans le championnat par équipes.

**Qu'aimes-tu plus particulièrement dans ce sport ?**

Dans le ping-pong, j'aime la possibilité de me dépasser aussi bien individuellement qu'en équipe. J'aime particulièrement les compétitions, et je prends plaisir à découvrir de nouvelles techniques.

**Parles-tu du ping à tes camarades de classe ?  
Avez-vous une table à l'école ?**

A l'école de Serviés nous avons une table de ping-pong dans la cour, et avec mes copains nous jouons tous les jours et par tous les temps à chaque récréation. D'ailleurs, sept de mes camarades ont rejoint le club cette année. Certains amènent un ballon pour jouer au foot, nous, on a tous une raquette dans le cartable !

**Peux-tu nous expliquer ton jeu ? Plutôt attaquant, bloqueur ou défenseur ?**

Je suis plutôt attaquant.

**- Dans quels domaines tout particulièrement dois-tu progresser ?**

Mon objectif est de plus lâcher mes coups en revers, je dois aussi améliorer mes déplacements et bouger plus.



## Nathan Couzinier

**Quels sont tes deux ou trois points forts ?**

Le coup droit est un de mes points forts, ainsi que le service court lifté.



**Peux-tu nous donner ton palmarès, tes principales médailles ou titres ?**

J'ai terminé 3<sup>ème</sup> au championnat du Tarn en 2017 et 2<sup>nd</sup> de la coupe du Tarn poussin la même année. L'an dernier j'ai fini 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> du critérium fédéral.



***Merci Nathan ! Nous te souhaitons le meilleur pour cette fin de saison, des médailles évidemment et surtout plein de bons moments passés au club avec tes coéquipiers, tes entraîneurs et évidemment tes parents. Bonne chance et entraîne toi à fond !***

Cette 14ème édition des **Intercomités de la Zone Sud-Ouest** s'est déroulée au **CREPS de Toulouse**, du **mercredi 31 octobre au vendredi 2 novembre 2018**. La compétition se déroulait en deux temps : une **première partie en équipes** et une **deuxième partie en individuel**. Elle permet à l'ensemble des départements (25 au total) des 2 "nouvelles" régions de la zone Sud-Ouest (**Occitanie et Nouvelle Aquitaine**) de se confronter durant 3 jours. Les deux premières journées sont dédiées aux compétitions par équipes, et la troisième journée aux tableaux individuels. Le nombre d'équipes reste stable et n'évolue pas, il y avait 13 équipes garçons et 9 équipes filles, ce qui reste assez faible surtout chez les filles.

Notre délégation était composée d'une équipe filles avec **Angèle MARQUIER, Lalie SANDRAL et Anaïs ROYER** du club de **Labastide-Gaillac** avec comme capitaine **Arthur MOULY**, d'une équipe garçons avec **Nathan Couzinier, Paul CARRERE et Timéo MAURANGE MARCO** de **Labastide-Gaillac** avec comme capitaine **Tanguy GRANDJEAN**. L'arbitre de la délégation était **Emmanuelle Benoit**. Pour certains jeunes, c'était leur première sélection en équipe de Comité. Angèle, Lalie et Timéo avait déjà une expérience de ces Intercomités. L'objectif était de porter le plus haut possible les couleurs du Tarn, de faire découvrir une compétition d'une autre envergure à nos jeunes en se confrontant aux meilleurs pongistes de la zone.

Sur le papier, notre comité figurait au **8ème rang sur 8** chez les filles et au **10ème rang sur 13** chez les garçons parmi les comités présents.



**Par équipes Filles:** La compétition se déroulait en **3 poules de 3 équipes**. Le comité était dans la poule des comités de la **Vienne et de l'entente Corrèze/Tarn**.

Première rencontre face au comité de la Vienne (Julie Le Corre 845 pts, Chloé Genieix 622 pts, Shana Cren-Bertrand 655 pts). Bonne entame de compétition, Angèle gagne son match, Lalie et Anaïs s'inclinent, Angèle ne pourra pas reproduire le même match qu'au début, les filles s'inclinent 3 à 1. Deuxième rencontre face à l'entente Corrèze/Tarn (Lou Lachaise 641 pts, Corélie Reveche 577 pts, Savannah 500 pts). Toutes les filles gagnent leur match, Victoire 3 à 0. L'équipe est donc **2ème de la poule**.

Deuxième jour de compétition, nous sommes en **1/4 de finale**. Rencontre **face au comité de la Haute-Garonne** (Alexandra Fath 818 pts, Mayane Felloneau 515 pts, Assia Waknine 559 pts). Cette équipe est supérieure, Angèle gagne son 1er match face à Mayane mais perdra le 2e face à Alexandra ainsi que Lalie et Anaïs fort logiquement. **Défaite 3 à 1**.

Rencontre de classement pour la 5e ou 6e place contre le Comité des Deux-Sèvres (Fanny Coutant 564 pts, Naely Charruau 622 pts, Lena Phily 500 pts). Anaïs sera la seule à gagner sa partie, défaite 3 à 1. L'équipe termine donc à la **6ème place**. Elle aurait pu espérer un peu mieux mais toutes les trois se sont bien battues.



Par **équipes garçons**: il y avait **4 poules**, nous étions dans une **poule de 3 équipes avec les Deux-Sèvres et Le Gers**.

Première rencontre contre les **Deux-Sèvres** (Théo Quantin 552 pts, Arthur Aime Gioria 526 pts, Quentin Sandora 629 pts). Paul et Timéo entament la rencontre face à Quantin et Aime Gioria. Paul gagne 3 à 0, Timéo s'incline 3/0. Nathan poursuit face à Sandora et perd 3 à 0, Paul enchaîne face Anne-Gioria et l'emporte 3 à 1. Nous sommes à égalité, la dernière rencontre est pour Timéo face à Quantin. Le match est serré, "titi" fait quelques fautes en voulant jouer trop rapidement. Il perd 3 manches à 2. Résultat: **défaite 3 à 2**.

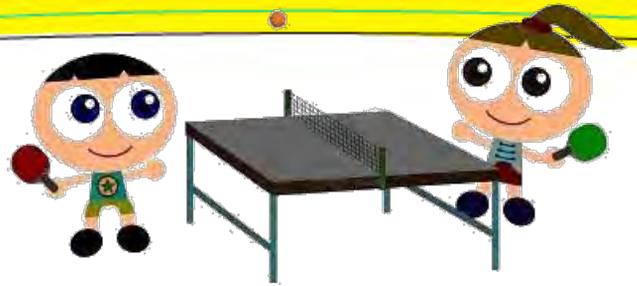
Deuxième rencontre contre le **Gers** (Camille Rozis 602 pts, Maxime Belin 745 pts, Benoit Mazure 543 pts). Sur le papier, cette équipe est supérieure, mais Paul va très bien jouer et performer, les matchs sont serrés il bat Rozis et Belin 3 manches à 2, Nathan sort un très bon match et l'emporte sur Gonzales. Timéo perd face à Belin au-dessus. Résultat **victoire 4 à 1**. Chaque équipe ayant gagné 1 rencontre, le départage est en notre faveur et nous finissons **1er de poule**.

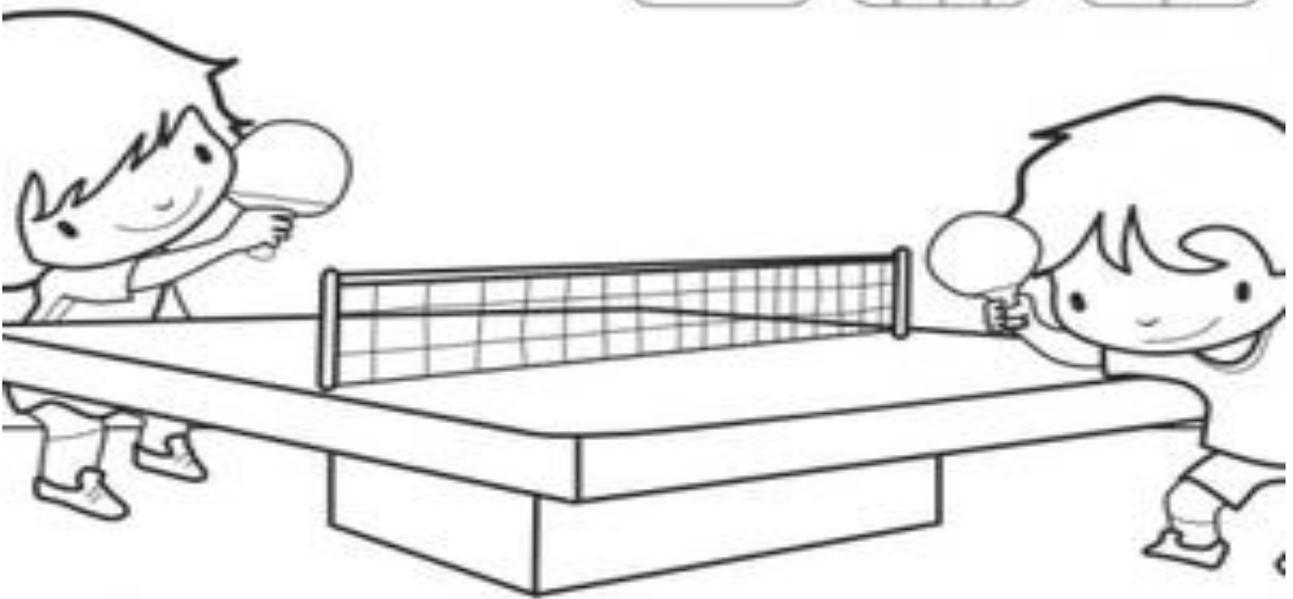
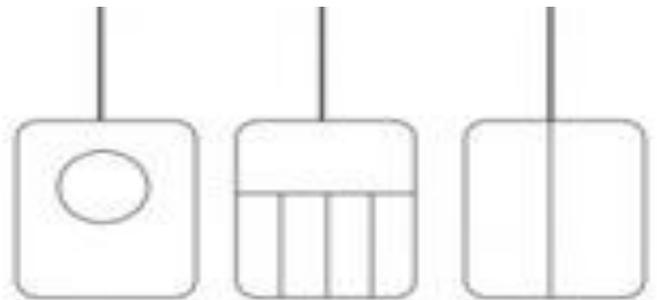
L'équipe est en 1/8e de finale face à la **Lozère** (Léo Delor 574 pts, Gabin Delor 547 pts, Antoine Rocoplan 516 pts). Cette équipe est à notre portée, hélas **les garçons vont s'incliner 3 à 2**. Paul et Timéo gagnent un match. Nous voilà dans le tableau pour la 9e-13e place face au **Lot et Garonne** (Gabriel Chapat 874 pts, Titouan Pasturel 500 pts, Tinh Fernand 547 pts). Très belle rencontre, là aussi serrée, chacun gagne un match et **l'équipe l'emporte 3 à 2 !**

**Place 9 à 10**, face à la **Haute Garonne** (Noa Lucchesi 534 pts, Ryan Dossou 566 pts, Alban Clou 522 pts). Paul gagne ses deux matchs et Timéo conclut face à Noa et amène le 3eme points au Comité. **Victoire 3 à 2**. L'équipe termine donc à une **belle 9ème place** même si le quart n'était pas loin.

Du côté des résultats des **tableaux individuels**, **Angèle perd en 1/4 de finale** tableau 2006, **Lalie en 1/4 de finale** tableau 2007 et en 1/8e finale tableau 2006 et **Anais en 1/8 de finale** tableau 2006 et 2007. Chez les garçons, **Paul perd en 1/8 de finale** en 2007, **Nathan en 1/8 de finale** de la consolante et **Timéo en 1/4 de finale** du tableau 2009.



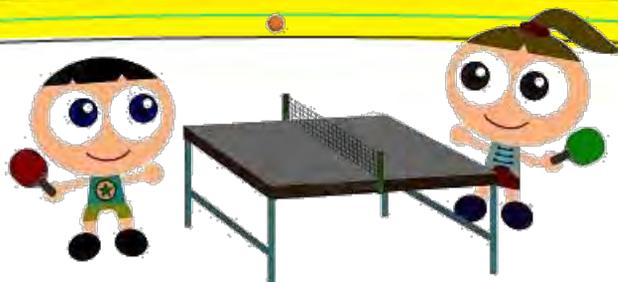




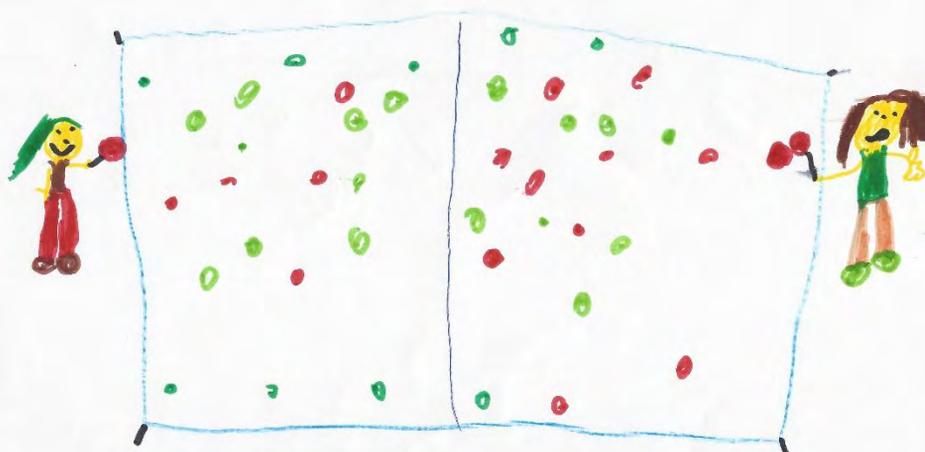
## Devinette

Amenée à la table je suis parfois d'abord servie puis coupée, mais jamais coupée puis servie... et jamais mangée... qui suis-je ?

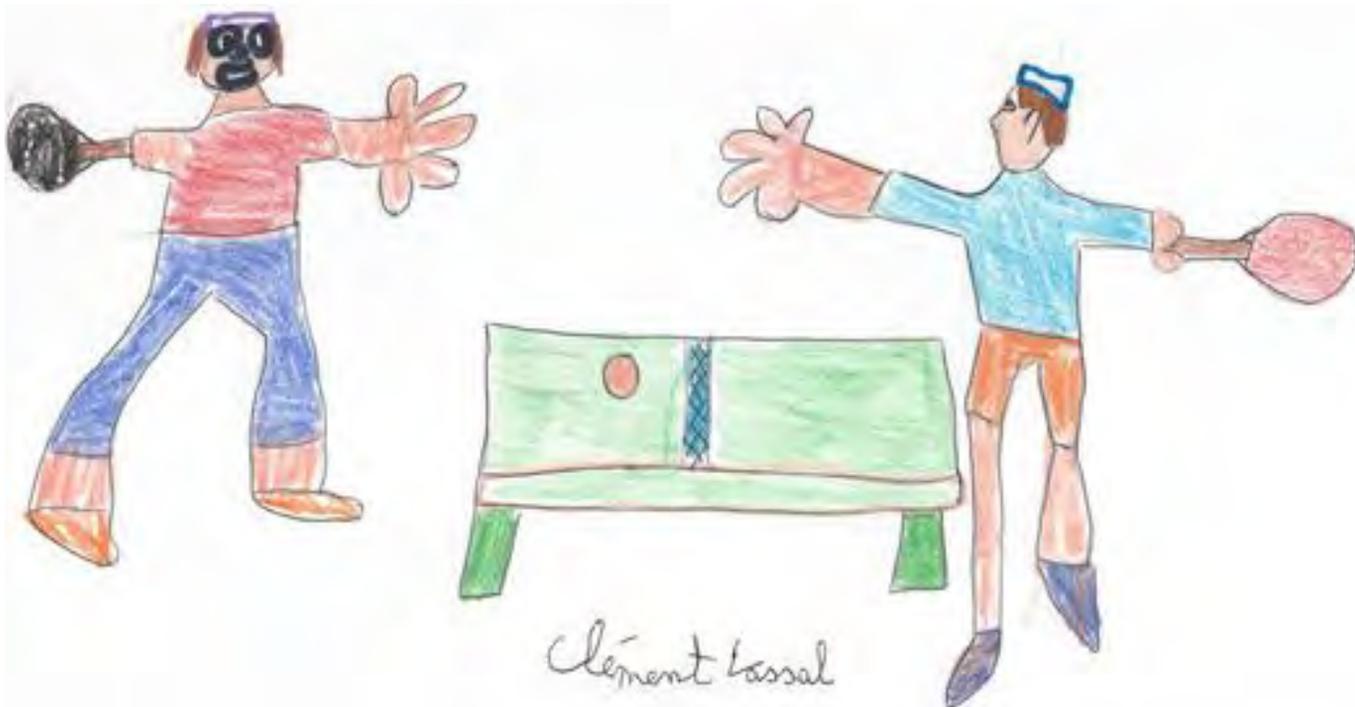
Réponse : la balle de ping pong



VIVE LE PING-PONG! 😊



CLEMENCEBARDOU ❤️



Véritable **pépinière à futurs petits(es) champions** (nes) et surtout espace de jeux autour de l'activité tennis de table, la **section baby ping**, créée il y a une dizaine d'années connaît une fréquentation toujours aussi **importante**. Le mardi soir, entre 18h15 et 19h15, 5 à 7 enfants profitent d'une **heure d'initiation** consacrée à l'apprentissage, pour le moins complexe, du contrôle de la petite balle blanche, de la maîtrise des gestes, d'exercices de motricité et de l'importance de savoir jouer avec ses camarades.

**Marie Lovatel et Jean Loup Albert assurent bénévolement cette animation, au côté des plus grands** qui servent d'exemple. C'est une tâche certes plaisante mais qui demande de **savoir gérer ce groupe** de jeunes enfants, de **varier régulièrement les jeux** proposés. **Kévin** chapote ainsi tout cela de son œil de technicien en chef afin de les aider dans les exercices à proposer.

**N'hésitez donc pas à rejoindre Marie et Jean Loup qui seraient ravis d'avoir un ou deux parents en appui pour les aider ponctuellement ou régulièrement dans cette tâche.** Nul besoin de connaître le tennis de table. Naturellement, tout bénévole n'est jamais seul et est accompagné par les anciens. Rappelons que **notre club vit avant tout grâce à ses bénévoles** et qu'il peut ainsi accueillir chacun et chacune grâce au temps donné au service des adhérents.



## 1er Tour du Défi Ping



Dimanche 4 novembre avait lieu le **1er Tour du Défi Ping**, compétition réservée aux poussins, benjamins, minimes, cadets, débutants. Sur **une trentaine de participants, 14 étaient du PSP** avec notamment pas mal de joueurs qui débutaient en compétition.



En Benjamins (9 joueurs), Quentin Mas l'emporte devant Mael Gloria. Corentin Sans prend la 5ème place pour sa 1ère compétition, Thomas Blondel 6ème, Nolan Boutes 7ème et Malia Gomez 8ème.

En Minimes (11 joueurs) Kiliane Gomez obtient une très belle 2ème place et confirme son bon début de saison. Aurélien Giani termine au pied du podium pour ses débuts. Mael Olsztynski finit 7ème et Noé Pradelles 9ème.

En Cadets (4 joueurs) Elias Vidal termine 1er devant Baptiste Barthe et Lily-Rose Gomez. Victor Gayraud termine 4ème.

Un premier tour satisfaisant avec **6 médailles** de la part de joueurs novices dans le ping.



# Le championnat par équipes

## Equipe 1, Régionale 2

# 29

Clit	Nom équipe	Pts
1	PINS-JUSTARET 3	21
2	TT BLAGNAC 5	19
3	PING ST PAULAIS 1	14
4	TOULOUSE O A C 2	13
5	CASTEL LAVIT TT 1	13
6	CP LECTOURE 1	12
7	PA CASTELNAU TT 1	12
8	TT FRONTON 2	8



**Kevin Louarn**



*Pour notre équipe, c'était une 1ère à ce niveau là (la Régionale 2). Bien entendu l'objectif était clair: le maintien. Deux équipes étaient au dessus du lot (Blagnac et Pins Justaret). Le reste de la poule était homogène. Après 6 journées, nous étions à 3 victoires pour 3 défaites. Nous n'étions pas encore maintenus malgré ces 3 victoires. Il fallu s'arracher sur la dernière journée pour accrocher le maintien avec un match nul face à l'équipe de Lectoure. Nous terminons à une très belle 3ème place. Au final, 4 équipes sont descendues en R3. C'est donc une très belle performance de l'équipe. Je tiens à féliciter mes 4 coéquipiers que sont Guillaume, Arthur, Tanguy et Corentin qui ont réalisé de très belles rencontres pour atteindre l'objectif. Je suis fier d'être le capitaine d'une équipe fanion aussi plaisante à voir jouer!!!!*

**Montée de Régionale 3**, notre équipe fanion avait un seul objectif : assurer dès que possible **le maintien** pour conserver sa place à ce niveau. Avec un **groupe inchangé**, nos 5 joueurs ont, encore une fois, ébahi les supporters par leur **niveau de compétitivité**. Dans une poule très homogène, chaque match fut véritablement décisif et les **2 premières victoires acquises lors des 3 premières journées** ont rapidement donné confiance et espoir. Dans une poule où les 3 ou 4 dernières équipes allaient devoir descendre, chaque match gagné était capital.

Au final avec **3 victoires et 1 match nul**, notre équipe atteint l'objectif terminant à une **magnifique 3<sup>ème</sup> place**. Bravo !



# Le championnat par équipes

## Equipe 2, Départementale 1

30

Cl	Nom équipe	Pts
1	LABRUGUIERE FP 2	20
2	US CARMAUX TT 1	17
3	TT LABASTIDE Gaillac 3	16
4	PING ST PAULAIS 2	15
5	CASTRES TTT 2	13
6	RABASTINOIS TT 2	11
7	TT LABASTIDE Gaillac 4	11
8	FLEP LACABAREDE 2	9



### Claude Blanc

*Le bilan est très positif. Pourtant notre équipe a été partiellement renouvelée, en effet Quentin a choisi de partir sous d'autres couleurs, il a été remplacé par le retour au club de Gaspard qui a ramené dans ses valises Gaétan son ami d'enfance .*

*Ces deux joueurs se sont parfaitement intégrés ce qui a permis de retrouver le même esprit d'équipe et niveau que la saison passée.*

*Nous visions le maintien en début de phase et il fut rapidement et brillamment acquis.*

*Avec un bilan de 4 victoires et 3 défaites nous terminons a une honorable 4ème place .*

*La 2ème phase s'annonce excitante, le maintien est toujours au programme cependant si certains conservent leur niveau et d'autres continuent leur progression ,on peut envisager rentrer dans le trio de tête.*



Emmenée par nos **deux leaders Vincent et Claude**, l'équipe 2 du PSP retrouvait la Départementale 1, qui, à l'image de la saison passée, était composée de nombreuses équipes au niveau relativement égal.

Objectif: finir à la meilleure place possible en ayant assuré le maintien rapidement. Objectif ainsi atteint avec **4 victoires et une 4<sup>ème</sup> place**.



# Le championnat par équipes

## Equipe 3, Départementale 2

# 31

Clf	Nom équipe	Pts
1	SC GRAULHET TT 2	19
2	US CARMAUX TT 2	18
3	LABRUGUIERE FP 3	17
4	TT LABASTIDE Gaillac 5	15
5	ASPTT ALBI 6	13
6	PING ST PAULAIS 3	12
7	SC GRAULHET TT 3	11

### Michel Tiplié



*Lors cette première phase, notre équipe venait d'accéder pour la seconde fois à la D2 et les joueurs étaient plus que motivés. Nous savions que cela allait être particulièrement difficile face à des équipes un peu plus fortes et cela s'est révélé rapidement être la réalité*

*Nous avons enchainé les rencontres en étant motivés sans toutefois arriver à conclure positivement. Nous avons décidé de viser le gain d'une rencontre face à Graulhet en renforçant l'équipe afin d'essayer de sauver le maintien. Cette journée a effectivement tourné à notre avantage (9/5) ce qui ouvre l'espoir du maintien en D2.*

*Cette phase nous aura permis de nous rendre compte qu'il ne manquait pas grand-chose pour remporter quelques matchs aux vues de nombreuses parties perdues en 5 sets. Il faudra donc être encore plus combatif lors de la phase suivante.*



**Remontée en Départementale 2**, l'équipe de Michel espérait ne pas reproduire le même parcours que l'année passée où, en phase 2, cela avait été un peu douloureux avec de nombreuses défaites. Grâce à une **très bonne gestion de l'équipe**, au **renfort de 2 ou 3 joueurs plus expérimentés**, à la **combativité** de tous les autres, les victoires nécessaires ont été obtenues, notamment grâce à **une victoire décisive face à Graulhet 3**.

Que ce fut dur, mais nul doute que la phase 2 permettra de confirmer le potentiel de cette équipe.



# Le championnat par équipes

## Equipe 4, Départementale 3

32

Clit	Nom équipe	Pts
1	CASTRES TTT 4	6
2	US CARMAUX TT 3	6
3	LABRUGUIERE FP 4	5
4	ASPTT ALBI 7	4
5	PING ST PAULAIS 4	4
6	TT LABASTIDE GAILLAC 6	3
7	UP MAZAMET 1	3
8	CASTRES TTT 3	2
9	SC GRAULHET TT 4	2
10	LABRUGUIERE FP 5	1



### Patrice Pradelles



*Cette phase 1 fut réussie. Yannick et moi n'avons eu aucune difficulté à manager cette équipe, qui s'est bien défendu tout au long des rencontres.*

*Nos jeunes et moins jeunes ont fait preuve d'un excellent état d'esprit et à l'image des autres équipes ont essayé de donner le meilleur. La création d'une nouvelle équipe en phase 2 est une très bonne chose et permettra ainsi à des nouveaux pratiquants de disputer des matchs dans une ambiance "équipe" toujours appréciée.*

A l'image des saisons passées, cette équipe associait les **enfants de l'école de tennis de table et quelques adultes dont Valérie** déjà bien expérimentée et **Clément**, arrivé récemment au PSP. Objectifs : que chacun progresse, prenne du plaisir et que nos techniciens intègrent peu à peu de nouveaux jeunes pongistes.

Sous les **conseils de Yannick et Patrice**, chacun a pu ainsi **pratiquer et s'amuser**, en n'oubliant cependant pas l'**esprit d'équipe** nécessaire. Objectifs similaires en phase 2 avec en outre la **création d'une nouvelle équipe** **managée par Valérie**, nouvelle équipe qui permettra de **faire jouer des pongistes supplémentaires**.



# Le championnat par équipes

## Equipe féminine, Régionale 1

33

Clit	Nom équipe	Pts
1	TT BLAGNAC 1	12
2	SCGTT 1	10
3	CANOHES T TT 1	5
4	PPC APPAMEEN 1	5
5	PING ST PAULAIS 1	5
6	PING ST PAULAIS 2	3

**Valérie Blanc**



L'équipe st Paulaise 1 composée d'Angèle, Lucile et moi-même (Valérie ☐ ) avions rendez-vous à St Paul pour la première journée du rassemblement féminin. Sur le papier nous sommes en-dessous des 2 autres équipes, et c'est bien ce que va démontrer le résultat car nous finissons 3ieme. Pourtant Angèle remporte la plupart des points à l'équipe 5/6, bravo ! Mais cela ne suffit pas.

Lucile ne démérite pas, elle montre une détermination et un bon mental avec 1 match gagné et 1 match accroché contre une 649. Cela est prometteur.

Quant à moi je ne fais pas le taff avec 1 match gagné (5) et des matchs perdus à la belle (6 et 7). La prochaine fois ☐ . Nous jouons donc la 5/6ieme place contre St Paul 2 et nous faisons le job en remportant tous nos matchs 7/0.

Un trio plein de combativité, des féminines qui vont progresser au fil des rencontres.

Merci à elles, je me suis régalée. ☐



## Le 1er Tour les 13 et 14 Octobre 2018

Les 13 et 14 Octobre s'est déroulé le 1er Tour du Critérium Fédéral avec pas moins de 34 joueurs et joueuses du PSP présents à tous les échelons.

En Nationale 2 à Villeneuve sur Lot, Lalie en -11 termine à la 8ème place. Angèle en-13 obtient une très belle 6ème place sur 12 joueuses et assure son maintien avec la manière.

En Régionale 1 Séniors (24 joueurs) à Blagnac, Guillaume assure avec autorité son maintien en accrochant la 12ème place.

Toujours à Blagnac du côté des filles, Lily-Rose en -15 termine 12ème. En -13 (8 joueuses) Lucile prend une belle 4ème place et Kiliane pour sa première compétition à ce niveau là termine 8ème.

En Régionale 1 Juniors (24 joueurs), Arthur termine à une belle 4ème place juste devant Tanguy. Corentin prend la 10ème place et Gautier la 18ème. En -13 (24) Raphael termine 17ème juste devant ses copains Sayan et Pierre. Enzo finit 24ème. Le maintien sera compliqué. En -11 (25), Diego prend une belle 10ème place et Nathan 14ème. Ils se maintiennent tous les 2 pour le second tour.

Sur Albi c'était au tour des jeunes au niveau départemental de briller. En -18 (16) Corentin termine 4ème, Simon 9ème et Théo P 12ème pour sa 1ère participation. En -15 (13), Elias termine 4ème, Victor 7ème, Théo S 9ème et Baptiste 10ème. En -13 (7) Ulysse pour sa 1ère compétition échoue en finale. Hugo prend une belle 3ème place et Mael O 7ème. En -11 (6), nous avons eu droit à une finale 100% PSP avec Maël et Kéliann. Et c'est Maël qui l'emporte et accède à la régionale pour le prochain tour. Quentin prend la 4ème place et Tom 6ème.

Du côté des séniors, en D2 (10) Claude échoue de peu pour la montée en prenant la 4ème place. En D3 (14) Yannick pour sa reprise a eu un peu de mal avec une 13ème place et descend en D4. En D4 (23), Sébastien pour sa 1ère participation prend la 10ème place, Nicolas 14ème et Valérie 18ème.

Un premier tour satisfaisant avec de belles prestations notamment des novices.



## Le 2ème Tour les 8 et 9 Décembre 2018

Les 8 et 9 Décembre a eu lieu le 2ème Tour du Critérium Fédéral avec des joueurs et joueuses du PSP présents à tous les échelons (36 joueurs et joueuses).

En Nationale 2 à Mèze, Lalie en -11 obtient une très belle 5ème place et se maintient largement. Elle ne passe pas loin de la demi-finale. Angèle en -13 termine 9ème après une compétition très correcte. Elle peut espérer un éventuel maintien pour le 3ème Tour.

En Régionale 1 Séniors à Blagnac, Guillaume a connu une compétition assez compliquée. Il termine 22ème et redescend en D1 pour le prochain tour.

Toujours à Blagnac dimanche du côté des filles, Lily-Rose en -15 termine dernière, Kiliane en -13 prend une belle 4ème place avec une prestation très correcte et Flora en -11 termine également 4ème et pouvait espérer mieux avec un peu plus de mobilité.

En Régionale 1 chez les jeunes garçons à Toulouse (ASPTT Toulouse), en -18, le PSP réalise le triplé avec victoire finale de Tanguy sur Corentin. Les deux montent en PN pour le prochain tour. Arthur complète le podium. Quant à Gautier, il réalise une très belle compétition en accrochant une 8ème place. L'après midi, c'était au tour de nos minimes et benjamins. En -13, Raphael se maintient avec une 14ème place. Il peut viser encore plus haut lors du prochain Tour. Sayan est passé à côté de sa compétition. Il termine dernier et redescend en Départemental. En -11, nos trois représentants se maintiennent avec Nathan 9ème, Diego 12ème et Mael 14ème pour sa 1ère à ce niveau là.

À Albi c'était au tour des jeunes au niveau départemental. En -18, Simon termine 8ème et Théo P 11ème. En -15, Victor obtient une belle 6ème place, Clément R 9ème et Baptiste 10ème. En -13, Enzo l'emporte sans perdre un match et remonte en Régional au prochain Tour. Pierre échoue au pied du podium. Ulysse termine 6ème et Noé 10ème. Enfin, en -11, Nathan pour sa 1ère compétition sous les couleurs du PSP l'emporte également et monte en régionale au 3ème Tour. Kelian obtient une nouvelle médaille avec une belle 3ème place. Cyprien également novice termine 4ème. Quentin prend la 6ème place, Marius et Corentin débutaient également et terminent 8 et 9ème. Et l'après midi toujours à Albi, c'étaient les séniors. En D2, Claude termine 8ème. En D3, Michel prend la 9ème place. Enfin, en D4, Sébastien prend une belle 7ème place, Yannick termine 12ème, Valérie 18ème et Nicolas 20ème.

Un 2ème Tour positif avec 3 montées, 6 podiums, des maintiens assurés. Bravo à tous et également merci à l'ensemble des coachs mobilisés à cette occasion.



# CLASSEMENT OFFICIEL

36

Au Ping Saint Paulais, nous avons 17 joueurs et joueuses ayant plus de 700 points participants au championnat par équipes et pour certains au Critérium Fédéral.

## Voici les 5 meilleurs classés au 06 Janvier 2019 :

1. Corentin Gilles avec 1314 points
2. Tanguy Grandjean avec 1258 points
3. Guillaume Blanc avec 1238 points
4. Arthur Mouly avec 1172 points
5. Kevin Louarn avec 1150 points



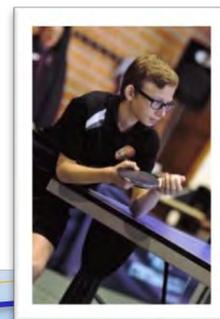
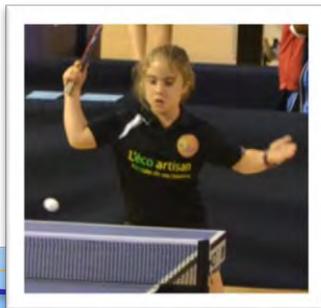
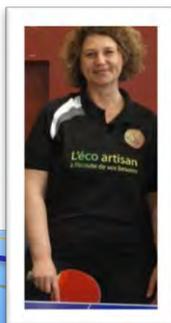
## Du côté des féminines voici le classement :

1. Isabelle Thibaud avec 1239 points
2. Angèle Marquier avec 605 points
3. Valérie Blanc avec 547 points
4. Lucile Niquet-Seyer avec 523 points
5. Lalie Sandral avec 500 points

## **Le tableau des meilleurs progressions depuis Septembre au 6 Janvier 2019**

NOM et Prénom	Classement	Progression
GRANDJEAN Tanguy (J2)	1258 (12)	+82 points
JAU Sébastien (S)	540 (5)	+40 points
MARQUIER Angèle (M2)	605 (6)	+34 points
MARIN Keliann (B2)	529 (5)	+29 points
LELAIDIER Nathan (B2)	528 (9)	+28 points
PEYRARD Gautier (J2)	878 (8)	+28 points
MOULY Arthur (J3)	1172 (11)	+25 points
GLORIA Mael (B2)	524 (5)	+24points
REGIE Geatan (S)	840 (8)	+22 points
GUIDICELLI Enzo (M2)	514 (5)	+14 points

On peut noter que parmi les 10 meilleures progressions de la phase, 8 sont des jeunes de notre École de Tennis de Table.



## Léo De Nodrest, portrait d'un futur champion



*Après Simon Gauzy et Jules Cavallé, voici l'interview d'un jeune joueur issu de la formation auscitaine. Léo De Nodrest, né le 31 juillet 2000 est actuellement junior 3<sup>ème</sup> année et tout récent médaillé de bronze en double garçons et par équipes aux derniers championnats du Monde juniors disputés du 2 au 9 décembre à Bendigo en Australie. Il a déjà un long palmarès qu'il vous détaille dans l'interview ci-dessous.*

*N° 251 mondial début décembre, il avait alors progressé de 75 places en un seul mois. Léo est dans une phase ascendante qui, peu à peu, le rapproche de l'élite mondiale.*

*Pur produit de l'école auscitaine de tennis de table et de la détection mise en place dans la Ligue Midi-Pyrénées, Léo véhicule depuis ses débuts (finalement assez tardifs) l'image d'un garçon talentueux, mais aussi très impliqué, sérieux et travailleur. Ne nous y trompons pas, voici un jeune homme plein d'ambitions qui cultive au quotidien son talent entre l'équipe de France et son club actuel, d'Issy les Moulineaux.*

### Peux-tu te présenter en quelques mots ?

Bonjour! Alors je m'appelle Léo de Nodrest, j'ai 18 ans et je vis maintenant à Paris. Je m'entraîne à l'INSEP depuis septembre 2015, où je me sens vraiment très bien.

### Afin que nos jeunes et moins jeunes pongistes puissent mieux connaître l'étendue de ton palmarès, peux-tu nous en donner les grandes lignes (y compris tes premiers titres au niveau de la Ligue et de la zone) ?

J'ai gagné les championnats de Midi Pyrénées en minime/cadet/junior, le top de zone minime qui avait lieu à Toulouse au CREPS, j'ai eu 2 médailles en simple aux championnats de France en cadet et junior, 6 en double, 1 en minime, 2 en cadet, et 3 en junior. J'ai été champion d'Europe cadet en 2015 en Slovaquie, à Bratislava par équipe, et je l'ai été de nouveau cette année en junior à Cluj, en Roumanie. Dernièrement j'ai reçu 2 médailles de bronze aux championnats du monde junior, une en équipe et l'autre en double.





## Léo De Nodrest

**Comment as-tu découvert le tennis de table et pourquoi avoir ensuite franchi les portes du CP Auch ?**

C'est une longue histoire, j'ai fait beaucoup de sports quand j'étais petit, mais j'ai plus accroché avec le tennis de table, et les coachs se sont bien occupés de moi, j'étais entre de bonnes mains.

**Avais-tu pratiqué en club d'autres sports ?**

Oui, comme je le disais dans la question précédente. J'ai fait du foot, du tennis, de la natation, et un petit peu de basket.

**Quels sont donc tes premiers souvenirs au club ?**

Je me souviens que j'ai commencé en jouant sur des mini tables, et je suis assez vite passé sur les tables normales parce que les personnes avec qui je jouais étaient très jeunes. Je me rappelle que mon idole était Joo Se Hyuk quand j'étais plus jeune et je voulais être défenseur, je refusais de jouer avec des Tenergy et je préférais les petites raquettes qu'on trouve à Décathlon!





## Léo De Nodrest

**Parle nous de tes premiers entraîneurs, qui sont-ils, comment t'ont t'il fait aimer le ping ?**

Je me souviens de mes premiers entraîneurs, Bruno Carvalho, Xu Ji Peng et Xu Gang, j'ai toujours été très attaché à eux, dès le départ. Ils m'ont fait aimer le tennis de table. Ensuite se sont ajoutés Daniel Dugast, Sebastien Cailleau, Aziz Dugast et sans oublier mon coach durant mes dernières années au club, Franck Goriau

Je crois n'avoir oublié personne mais si je veux être précis j'ai eu beaucoup de relance, comme Nicolas Delahaye, Romain Lalanne ou encore Nicolas Saint Antonin. Ils m'ont fait aimer le Ping en me faisant travailler très dur, car je devais rattraper du retard sur les joueurs de ma génération qui avaient commencé bien avant.

**On a pu constater que tu étais toujours très attaché à ton club d'origine, pourquoi ?**

Car si je suis là où j'en suis c'est en partie grâce à eux, ils m'ont appris toutes les bases.

**Raconte-nous ensuite ton parcours et les principales étapes ?**

Donc j'ai commencé le Ping à 9 ans, je suis parti de chez moi à 13 ans pour rejoindre le Pôle espoir de Tours, dans le Centre, où j'ai passé un an. Ensuite je me suis dirigé à Nantes, au pôle France jeune, où j'ai également passé un an. Et enfin, à 15 ans, je rentre à l'insep, et depuis je n'ai pas changé d'endroit.



 Bastien Rembert	 Iviri Bertrand	 Léo de Nodrest	 Lilian Bardet
 Lucie Gauthier	 Leili Mostafavi	 Prithika Pavade	 Isa Cuk

2018 ITTF WORLD JUNIOR TABLE TENNIS CHAMPIONSHIPS MELBOURNE, AUSTRALIA  
DU 22 AU 31 DECEMBRE  
#ITTFJuniorWorlds #TeamFrance



## Léo de Nodrest



**Quels ont été les moments-clés t'ayant permis de prendre conscience que tu pourrais véritablement faire une belle carrière de sportif de haut niveau ?**

Je pense que c'est surtout le fait d'avoir eu une ascension plutôt rapide, d'avoir rattrapé les meilleurs de ma catégorie en quelques années. Mes coachs m'ont aussi fait prendre conscience assez vite que je pouvais être un bon joueur.

**Comment es-tu arrivé à surmonter les moments les plus difficiles ?**

C'est surtout grâce à ma famille, qui m'a donné beaucoup de force dans mes moments durs. J'ai pensé une fois à tout plaquer quand j'étais à Tours, car ma famille me manquait énormément. Mais au plus profond de moi je voulais devenir très fort et mes parents me l'ont rappelé sans cesse. Depuis je me suis habitué à vivre loin de ma famille, et ça se passe très bien.



***Merci Léo, sache que tu as beaucoup de supporters et que nous suivons très attentivement ton parcours. Grâce à ta disponibilité, tu auras ainsi quelques supporters de plus qui auront apprécié à sa juste valeur la qualité du sportif que tu es et des valeurs que tu véhicules.***

***Bonne chance pour la suite et notamment les Championnats de France dans quelques semaines !***





« **A fond la forme** », dit une célèbre publicité. Nous pouvons l'affirmer, nos adhérents de la **section Ping Santé Seniors** incarnent bien cette expression devenue populaire. Grâce au soutien de la **Conférence des Financeurs**, ce ne sont pas moins de deux séances hebdomadaires qui sont proposées aux papys et mamies. Il ne sont pas moins de **27 à ce jour!**



La collaboration entre **Génération Mouvement Les Boutons d'Or de Lavar** (présidée par **Hervé Pech**) et le **PSP** (présidé par l'incontournable **Francis**) est un exemple suivi par d'autres clubs de la Ligue et du Comité.

**Kévin anime** ainsi ces séances, conseille chacun et chacune et la bonne humeur est toujours au rdv. Des **tournois**, des **rencontres intergénérationnelles**, entre clubs du Comité, des **goûters** jalonnent la saison.

T A R N



Nous constatons aussi avec plaisir la **venue de certains membres de la sections sur nos séances traditionnelles**, lors des manifestations comme le Téléthon ou autre. Parlez-en autour de vous! **René secrétaire dynamique des Boutons d'Or Kévin** et tous les autres membres vous **accueilleront avec plaisir**.



## Championnat du Tarn Vétérans

Le club de Labruguière a organisé cette année la **journée Départementale Vétérans** dans son grand et lumineux gymnase. Le matin s'est déroulée la compétition par équipes et l'après-midi en individuel: elles ont regroupé environ une **trentaine de joueurs**. Suite à un calendrier chargé, cette compétition placée quelques jours avant les fêtes de fin année a donné une participation faible dans chacune des catégories V1, V2, V3 et V4.

En individuel **Valérie Blanc** et **Francis Malige** représentaient le Ping Saint Paulais, ils terminent dans leurs catégories respectives à la **3<sup>ème</sup>** et **4<sup>ème</sup>** place.



Samedi **22 décembre** s'est déroulé le traditionnel tournoi de Noël du PSP avec un **stage le matin** et le **tournoi l'après midi**.

Le matin, pas moins de **17 joueurs** et joueuses, jeunes et adultes étaient présents pour taper dans la petite balle.

L'après midi, une nouvelle fois le traditionnel **Tournoi de Noël** a été une réussite avec pas moins de **77 participants** soit un record pour le club. **3 tableaux** étaient au programme avec un **tableau parents** avec 27 joueurs, un **tableau jeunes** avec 38 joueurs et le **tableau «Elites»** avec 11 joueurs. Tout au long de l'après midi tout le monde a pu en découdre dans la bonne humeur grâce à une **gestion parfaite de Jean-Loup**, notre juge arbitre national.

Du côté des résultats, dans le tableau jeunes, Angèle l'emporte après une très belle finale face à Sayan. Alban complète le podium. Dans le tableau consolante, Melvil gagne en finale face à Oscar. Aurélien G prend la 3ème place.

Chez les parents, c'est Jean-Mac, le grand père de Jules D qui termine 1er devant Eddy le papa de Kyliann.

Enfin, dans le tableau Elites, Arthur conserve son titre en battant en finale Kevin.

Bravo à l'ensemble des participants qui ont permis que cette journée soit une réussite. **Merci également à la commission festivités pour cet apéritif de Noël excellent!**



Comme chaque année, le **PSP s'engage en faveur du Téléthon** en organisant un **tournoi ouvert à tous** (licenciés et non licenciés). Il s'est déroulé le **vendredi 30 Novembre** à Saint Paul Cap de Joux.

Une nouvelle fois, les joueurs et joueuses se sont mobilisés à cette occasion. Pas moins de **50 joueurs** étaient présents pour taper dans la petite balle pendant une bonne partie de la soirée.

À ce jeu là, c'est Guillaume Blanc qui l'emporte en finale face à Giovan Guimberteau.

Grâce aux nombreux participants, le club a pu reverser au Téléthon la somme de **260€**.

**Merci à Jean-Loup qui a géré le tournoi ainsi que Claude pour la buvette.**



# Le PSP partenaire de l'association Gogaby

46



**Le PSP, à travers son magazine, souhaite mettre en valeur une association toute nouvelle destinée à aider la famille d'un p'tit bonhomme, Gabriel, afin que cet adorable enfant puisse bénéficier des soins dont il a impérativement besoin. Ci-dessous, le témoignage de ses parents, Laurie et Vincent.**

*« Gabriel, notre petit garçon, est né le 17/04/2016 après seulement 5 mois et demi de grossesse. Nous avons alors débuté le parcours long et chaotique de l'extrême prématurité. Après 3 mois et demi de montagnes russes émotionnelles, d'incertitudes permanentes, de pas en arrière et de petites puis grandes victoires, notre petit combattant est rentré à la maison. Il avait gagné son combat pour la vie!*

*Aujourd'hui, Gabriel mène un autre combat, celui de l'autonomie. Nous le savions, une naissance prématurée peut engendrer un grand nombre de séquelles, mais malheureusement, personne ne pouvait prédire lesquelles ni à quel moment du développement. Pour Gabriel, nous avons découvert à un an de vie qu'il était atteint de paralysie cérébrale (lésion du cerveau liée à un manque d'oxygène pendant ou autour de la naissance). Il existe un grand nombre de paralysie cérébrale, la "nôtre", c'est la tétra parésie spastique. Il s'agit d'une atteinte partielle des quatre membres avec une diminution de la force musculaire, notamment au niveau du dos. En clair, actuellement, Gabriel ne peut pas se tenir assis seul, ni se déplacer, et ne peut donc pas marcher. Son dos est hypotonique et ses membres hypertoniques à cause de mauvais signaux envoyés par le cerveau. Complexe me direz-vous? Oui assez... C'est un peu comme avoir du matériel avec un mauvais mode d'emploi...*

*La bonne nouvelle c'est que nous pouvons tenter de récrire les pages manquantes, en ayant comme objectif, la récupération de la marche et d'une réelle autonomie.*

*Dans cette quête, pour son confort au quotidien et pour permettre sa sociabilisation mais aussi pour éviter ou retarder les déformations osseuses, Gabriel doit être appareillé (siège adapté, verticalisateur, motilo ... Appareillages à adapter au fur et à mesure de sa croissance et de son développement).*

*Pour Gabriel, il faut tout réapprendre, le schéma moteur inné de développement n'existe pas chez lui et seule la rééducation intensive pourra l'aider à progresser. Le point positif est que son développement cognitif n'est pas altéré. Il a une motivation à toute épreuve et les mêmes envies que les enfants de son âge. Nous avons donc décidé de mettre toutes les chances de récupération de son côté en lui permettant de suivre un maximum de rééducation. Nous avons décidé, en plus des traitements classiques proposés en France (kinésithérapie motrice, psychomotricité, orthophonie, ergothérapie, orthoptie...), de nous orienter vers des thérapies alternatives (Education conductive, MEDEK, équithérapie...) dispensées chez nos voisins Européens, Américains ou Canadiens. Ces thérapies n'étant pas reconnues ni toujours dispensées en France, aucune prise en charge n'est possible alors que les coûts sont importants. C'est pour cela que nous démarrons l'aventure GOGABY.*

*Notre association a pour but de récolter des fonds afin d'aider Gabriel sur son chemin vers l'autonomie. Nous avons également page Facebook « Gogaby » pour avoir un lieu d'échange et de soutien pour nous mais également pour les parents dans la même situation que nous. N'hésitez pas à nous contacter pour échanger! »*

**Laurie TORRADOU/Vincent BIRBES**  
**Association Gogaby : [contact@gogaby.fr](mailto:contact@gogaby.fr)/06.03.58.95.72**

**Merci Laurie (collègue de travail de Patrice, secrétaire du club)  
et Vincent pour votre témoignage.**

**Merci Gaby qui est déjà un sportif dans l'âme et un exemple pour nous tous ☺  
A l'image du PSP, soutenez l'association Gogaby !**



# Festivités



# 47

**Les Tournois d'étés** : Cette année 2 tournois d'été ont été joués à Lautrec (les 2 premiers vendredis). Une bonne participation à tous ces tournois. La **buvette** a également bien marché. **Merci à tous les joueurs.**

**Vide grenier de St Paul Cap de Joux** : On peut dire que nous avons eu très très chaud. **Patrice, Marjorie, et Marie** ont, depuis 5 heures du matin le 5 août, tenu le stand du PSP. Il y a eu du passage le matin jusqu'à 12h. L'après-midi a été très compliquée puisque personne n'a bravé la chaleur. Nous avons réussi à vendre pour environ **150 €**.

**Le vide grenier de Lugan** s'est déroulé le 21 octobre. **Marjorie et Marie** ont tenu un stand lors d'une très belle journée. Nous avons eu du passage toute la journée. **Nous tenons à remercier Franck, qui a participé personnellement au vide grenier car il nous a reversé la moitié de sa recette soit 80 €.** Ce qui, rajouté à la nôtre, donne un **C.A. total de 160 €**.

**La bourse aux vêtements** s'est déroulée le 18 novembre à St Paul Cap de Joux. Une maigre récompense concernant la vente par rapport à l'investissement temps puisque nous avons pu récupérer **50 €**.

**La vente des chocolats** nous a rapporté **412 €** cette année. Un **grand merci à tous les adhérents et leur famille pour leur participation.**

**Loto du 16 décembre de St Paul Cap de Joux** : Beaucoup de bénévoles, ont encore répondu présent pour nous aider comme **Jérôme, Marjorie, Sabine, Claude, Valérie, Guillaume, Arthur, Kevin, Jean Loup, Francis, Patrice et Marie.** (Charles étant malade, il n'a pas pu nous aider)

Les préparatifs se sont faits dans la joie et la bonne humeur.

Nos ventes ont été un réel succès soit :

- Carton : 3900 €
- Buvette : 270 €
- Tombola : 501 €



Pour un **bénéfice de 3104 € net.** Un **très bon résultat** car nous faisons + 200 € par rapport à 2017 et + 600 € par rapport à 2016. Cette journée s'est conclue par un **apéritif pour remercier tous les bénévoles** à qui j'adresse toutes mes félicitations.

**Le tournoi de Noël** : Après une très belle après-midi, où joueurs confirmés et débutants, novices et non licenciés, ont partagé autour de la table de bons moments: nous avons partagé un **apéritif dinatoire.** Nous étions 76 participants. Ce dernier tournoi clôture la 1<sup>ère</sup> partie de notre année sportive. C'est toujours de bons moments à partager et la **commission festivité** est très heureuse d'y participer.

**Toute l'équipe vous souhaite une très belle année 2019.**

**Marie**



# On cuisine! (Petites étoiles de Noël)

# 48

## Ingrédients pour 6 personnes

170 g de farine  
60 g de beurre en morceaux  
85 g de cassonade  
2 cuillères à soupe de sirop de canne à sucre  
2 cuillères à soupe de lait  
1 œuf (jaune séparé du blanc)  
1 pincée de gingembre moulu  
1/2 cuillère à café de cannelle moulue  
1/2 cuillère à café de quatre-épices  
170 g de sucre glace



## Réalisation

Difficulté :	Facile
Préparation :	20 mn
Cuisson :	10 mn
Repos :	10 mn
Temps Total :	40 mn

## Préparation

- Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6). Mettre la farine, le gingembre, la cannelle et le quatre-épices dans un récipient creux. Incorporer les morceaux de beurre et travailler la pâte avec les doigts jusqu'à obtenir une consistance sablée.
- Incorporer la cassonade. Verser le sirop de canne et le lait. Bien mélanger jusqu'à ce que la pâte devienne molle.
- Transférer la pâte sur une surface plane farinée. Bien pétrir jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Étaler la pâte (elle doit conserver une épaisseur de 4-6 mm). Découper la pâte en forme d'étoiles. Transférer les étoiles sur la plaque du four. Laisser reposer au frais pendant 10 minutes.
- Cuire au four pendant environ 10/12 minutes. Sortir les biscuits du four et les laisser un peu refroidir. Les poser sur une grille.
- Préparer le glaçage : incorporer peu à peu le sucre glace tamisé au blanc d'œuf, jusqu'à obtention d'un liquide épais.
- Pour finir badigeonner la surface des biscuits de glaçage, à l'aide d'une poche à douille ou d'un pinceau.
- Merci Valérie pour cette recette gourmande! 😊

## LE PING PONG

W Y G F L K H U E T  
 E T W G P X J I A W  
 L Y E F I M N E S K  
 L Z B N H Z M X K R  
 A R D C N R M X O T  
 B S E R V I C E A F  
 C Z V P V E S B K O  
 D V O R E I L D L N  
 D R A Q U E T T E P  
 R A U N X W P E E R

(?) TENNIS  
 (?) TABLE  
 (?) RAQUETTE  
 (?) BALLE  
 (?) SERVICE



### MOTS CROISES

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												

#### HORIZONTALEMENT

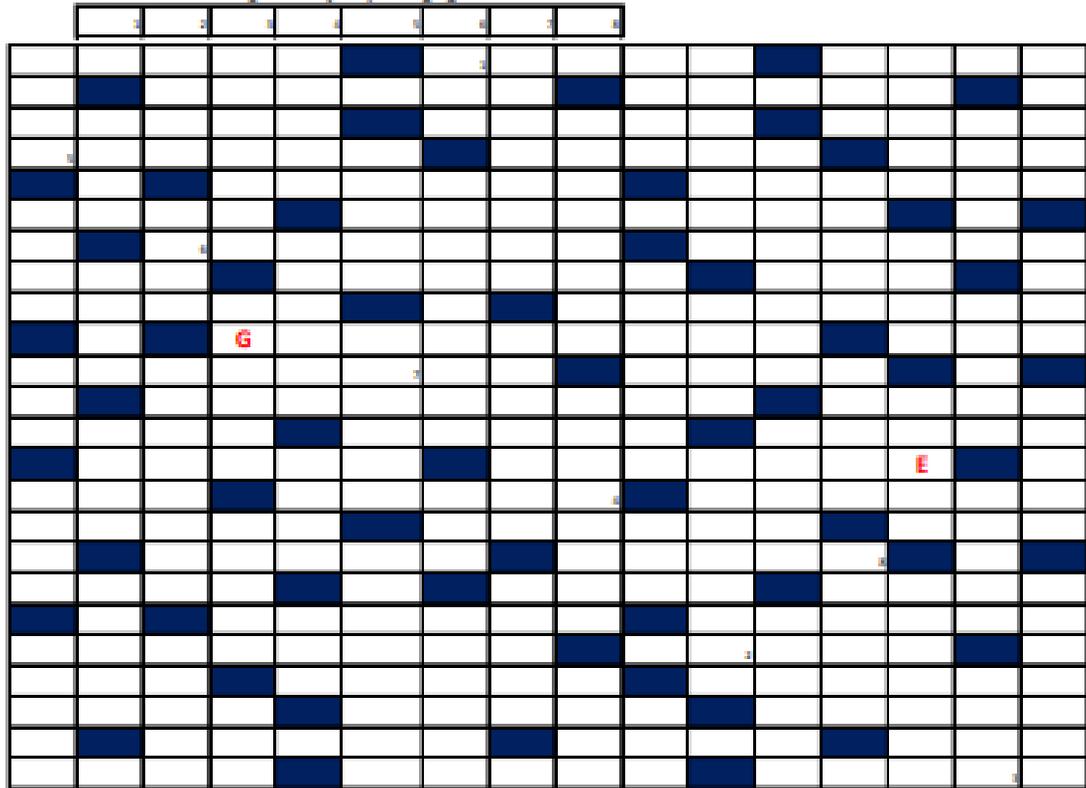
- 1 Magnifierais
- 2 Parfumasse
- 3 Prénom Arabe signifiant "Celui qui est en haut"  
Morceau de cerde  
On le fait boire un coup
- 4 Fusil à répétition  
Pareillement
- 5 Sur la gamme  
Poisson d'eau douce  
Pied
- 6 Déesse des eaux  
Tressa
- 7 Inflammation des ganglions lymphatiques  
Nationale
- 8 Déroute  
Pas moi
- 9 Concept chinois  
Quartier général
- 10 Fit du bien  
Petite bête préhistorique
- 11 12 mois  
Armes de poing
- 12 Brasse  
Utilise

#### VERTICALEMENT

- A Insémination Artificielle  
Chien
- B Fibre synthétique  
Recueil de bons mots
- C Vent  
Pour partir à leur chasse, il faut y croire
- D Mouvement d'une cellule vivante sur son sup  
Classification des huiles pour moteurs
- E Sur la gamme  
Essence
- F A le sang chaud  
Vidé
- G Titre anglais  
Ressemblas
- H Savoir  
Grande jatte servant aux vendangeurs
- I Dieu Egyptien  
Pierre d'aigle
- J Apparence  
Retire
- K De même grandeur
- L Manche  
Partie  
Connu

Il enfreint les règles du jeu pour gagner

MOTS CASES



Départ G : Facile

Départ E : difficile

3	4	5	6	7	9
AME	ABER SNOB	ADELE MINUS	AIRAIN	AEROBIC	ANCESTRAL
CAB	BRIE SOIE	AHURI NETTE	ALLIER	BAIGNER	GESTATION
DON	CENT TETE	ALENE OCTET	APRETE	BARRAGE	PRECARISE
ERE	DADA TRIO	ALUNI OMEGA	ECHINE	ELANCEE	
ERG	DECA VAMP	ASILE OTAGE	EGAREE	ILLEGAL	
ERS	EDEN VOIR	ASPIC PESEE	ELEGIE	LAISSER	
EUE	EMIR	ASTER RATEE	EMPAIRE	RECREEE	
INN	EPEE	CLONE REBEC	ERIGER	THEORIE	
PEU	ETUI	ELOGE RECRU	ETUVEE		
PIN	LAIC	ENTER RENAL	GERANT	<b>8</b>	
REE	LOUP	ESSOR SEBUM	HARENG	ASTREINT	
RIO	OSER	GORET SEPIA	MARMOT	CREATURE	
SAR	OVNI	GRENU SEUIL	PUERIL	ENTRAINE	
TEL	PAIR	HALEE TARIE	RAPHIA	EPIDAURE	
UTE	PRÉT	HOMMETOAST	RESSAC	INACHEVE	
VIA	RAIL	IMPER TRAH	SUCCES	INTERDIT	
	SAKE	INNEE TRIME	TENACE	NASALISE	
	SANS	ISSUE		ORIENTER	
	SHAH	LIANE		RENDORMI	
	SITE	MANTE		RENTIERE	
	SLIP	MIAMI		RENRANT	

Ci-dessous, **les nouveaux adhérents du PSP.**

**Merci à chacun et chacune d'avoir rejoint l'association!**

ALIBERT MANIN Léo, ALVES MAGALHAES Patrick, ARMINGAUD Aurélien, ARROYOS Tristan, ASPE Jean-Claude, AYNES Tim, BARTHE Baptiste, BARTHEZ Cyprien, BELOU Hugo, BENHADDADI Ayoub, BERNASCONI Leny, BIZE Elyane, BOMBARDIERI Pierre, BOUILLAUD Gilles, BOULESTEIX Enzo, BOUTES Nolan, CARIVENC Raphael, CARLES Thomas, CASAUX Calixte, CASSAGNES Samuel, CHANDON Emmanuel et Ulysse, CHAZOTTES Léo, COLINET Nohan, COUGOT Thierry, COURJAUD Nina-Louise, DALENC Jules, DAUZATS Jules, DE JESUZ Nathan, DE VIVO Timéo, DESBOEUF Jean-François et Marius, DUARTE Léo, DUBOUSQUET Aurel, DULAC Thomas, FRANCO Kyliann, GALLARDO Jacques, GARCIA Lorelei, GIANI Aurélien, GIORSETTI David, GLORIA Mael, HALFON Claude, HAUVILLER Jean-Luc, IRATNI Evan, JOYEUX Gérard, LAGARES Rafael, LAUMONIER Marie-Françoise, LELAIDIER Manon et Nathan, LEROUX Dimitri, LORIOT Jacques, MARIN Keliann, MARLIAC Cyprien, MAS Quentin, MILHEAU Alain, MILLET Jean-Philippe, MOQUET Lucien, OLSZTYNSKI Mael, OZIOL Julien, PANTAIN-GUILLONNEAU Oscar, PENFIELD Nolan, PIALLAT Perine, PRADELLES Noé, REGIE Gaetan, ROUGE Brigitte, ROUX Gabriel, SANS Corentin, SAPIN Théo, SIRE Frédéric, TREMPAT Joseph, VASSAL Clément, VERLEY Gaspard, VIDAL Elias.

**Nous allons cette saison battre le record des licenciés(es). Nous dépassons d'ores et déjà les 160! Cap sur les 170!!**

**L'écart entre le plus jeune, Léo Duarte né en 2015, et le plus ancien, Paul Laporte né en 1936, est de 79 ans.**

## Agenda

- 9 Février: 2ème Tour du Critérium Handisport Nationale 1 à Metz
- 9 Février: Coupes Jeunes à St Paul
- 10 Février: Titres par Classements Départementaux à St Paul
- 10 Février: Top Occitanie Poussins/Benjamins 1ère année à Albi
- 17 Février: 2ème journée du Championnat par équipes Féminin/ 2ème tour du Défi Ping à Castres
- 25 Février: Stage à Lugan
- 28 Février, 1er Mars et 8 Mars: stages à St Paul
- 4 Mars: Rencontre Intergénérationnelle à Lavour
- 9 Mars: 3ème journée du championnat par équipes
- 16/17 Mars: 4ème Tour du Critérium Fédéral
- 23 Mars: 4ème journée du championnat par équipes
- 30 Mars: 3ème Tour du Critérium Handisport
- 30 Mars: 2ème Tournoi Poussins/Benjamins à Labastide de Lévis
- 6 Avril: 5ème Journée du Championnat par équipes
- 13/14 Avril: Championnat d'occitanie
- 14 Avril: 3ème Défi Ping à Albi
- 23 Avril: Stage à Lugan
- 25/26 Avril: stages à St Paul
- 29 Avril: rencontre intergénérationnelle à Lavour
- 04 Mai: 6ème journée du championnat par équipes
- 11 Mai: 7ème Journée du championnat par équipes
- 19 Mai: Championnat du Tarn à Albi
- 16 Juin: Grand Prix du Tarn à Carmaux
- 22 Juin: Fête du club

### Saint-Paul-Cap-de-Joux

## Le groupe du PSP prêt pour la reprise



Après une saison 2017-2018 très riche en résultats, les pongistes ont repris la direction de la table le lundi 10 septembre. Des séances d'entraînement seront proposées tout au long de la semaine sur Saint Paul Cap de Joux, Lugan, Vielmur, Lautrec et Lavaur. Elles seront toujours dirigées par Kevin Louarn accompagné de tech-

niciens bénévoles. La liste des horaires par site (compétition et loisir) est en ligne sur le site internet du club : [www.pingstpaulais.com](http://www.pingstpaulais.com) Le PSP tient à toujours garder un aspect convivial pour faire découvrir le tennis de table à tous. Ce sport est adapté aussi bien aux filles qu'aux garçons et à toutes les tranches d'âges (de 4 à 99 ans).

Il propose d'ailleurs quelques séances d'initiations gratuites où le matériel approprié à l'âge sera mis à disposition pour pratiquer ce sport qui met en jeu beaucoup de qualités physiques et mentales. Pour de plus amples informations, il est possible de téléphoner au 06 17 51 78 02.

*Le Tarn Libre du 14 septembre 20*



*L'ensemble des articles est disponible sur notre site Internet*

## Un bilan positif du championnat par équipe

### Tennis de table



Les joueurs du PSP brillent en compétition. / Photo DDM.

Ce week-end, à la salle des sports de **Saint-Paul-Cap-de-Joux**, l'ensemble des équipes du Ping Saint-Paulais s'est retrouvé pour disputer la dernière journée du championnat de la première phase. L'équipe 1 a réalisé un match nul 7/7 face à Lectoure et assure le maintien en Régionale 2 suite à une première phase remarquable des jeunes en pleine progression. Elle termine à une troisième belle place. En Départementale 1, défaite de l'équipe 2 face à Labruguière 2 et termine à la quatrième place. L'équipe 4 a subi une défaite logique 11/3 face à Labruguière 3, plus forte sur le papier. Elle termine à la sixième place mais elle assure son maintien en D2. Les jeunes espoirs de l'équipe 4 en D3 assurent une belle victoire 13/1 face à Castres. Dès la seconde phase, le PSP va engager une cinquième équipe pour faire jouer le plus de jeunes de l'école de tennis de table en attente de compétitions.

[La Dépêche du midi du 21 décembre 2018](#)

La Dépêche



*L'ensemble des articles est disponible sur notre site Internet*

## SAINT-PAUL-CAP-DE-JOUX

### La rentrée des champions

**L**e Ping Saint Paulais est de retour à la table. Après une saison 2017-2018 très riche en excellents résultats pour les sportifs locaux, les pongistes ont repris la direction de la table à partir du lundi 10 septembre.

Des séances d'entraînement seront proposées aux adhérents tout au long de la semaine sur Saint-Paul-Cap-de-Joux, Lugan, Vielmur, Lautrec et Lavaur. Elles seront toujours dirigées par l'entraîneur du club, Kevin Louarn, accompagné de techniciens bénévoles. La liste des horaires par site (aussi bien compétition que loisir) est en ligne sur le site internet du club: [www.pingstpaulais.com](http://www.pingstpaulais.com).

Le Ping Saint Paulais (PSP) tient à toujours garder un aspect convivial pour faire découvrir le tennis de table à tous. Ce sport est adapté aussi bien aux filles qu'aux garçons et à toutes les tranches d'âges (de 4 à 99 ans).

Il propose d'ailleurs quelques séances d'initiations gratuites où le matériel approprié à l'âge sera mis à disposition pour pratiquer ce sport qui met en jeu beaucoup de qualités physiques et mentales.

**Pour de plus amples informations, il est possible de téléphoner au 06 17 51 78 02.**



**Le groupe du PSP prêt pour la reprise. DR**

*Le Journal d'Ici n° 732 - semaine du 13 au 19 septembre 2018*



*L'ensemble des articles est disponible sur notre site Internet*

## Garage de la Bajole

*Le GARAGE DE LA BAJOLE basé à Puylaurens est une entreprise toujours proche de ses clients par son écoute, ses compétences, ses conseils et son travail sérieux.*



**Merci de présenter votre activité et votre garage en quelques lignes.**

Agent de marque Renault et Dacia, nous effectuons la vente en neuf et occasions et la réparation de véhicules toutes marques.

**Pourquoi soutenir une association comme le Ping saint Paulais ?**

Nous avons l'envie de soutenir les associations locales dans les villages proches de Puylaurens.

**Soutenez-vous d'autres associations ?**

Associations locales essentiellement.

**Faites-vous ou avez-vous fait du sport et si oui lequel ? A défaut ou en complément, suivez-vous l'actualité sportive ?**

J'ai pratiqué le rugby dans ma jeunesse et aujourd'hui j'en reste spectateur.

**Avez-vous eu l'occasion de jouer au Ping ?**

Juste en vacances pour le loisir.

Un grand merci pour votre soutien financier, nous ne manquerons pas de faire la promotion de votre garage. N'hésitez pas non plus à venir un jour à la salle pour passer un bon moment.





# Nos partenaires

## Raquette de bronze



### Audouin Vincent Services



L'éco-artisan à l'écoute  
de vos besoins

06 73 05 50 97

LA CANAL  
81220 DAMIATTE



CENTRE COMMERCIAL  
**Intermarché**  
LAVAU

*Le Bistrot du Marché*  
Restaurant - Brasserie



**PARTENAIRE DES PRODUCTEURS ET DES  
ASSOCIATIONS LOCALES**

*TOUS LES PRODUITS ET LES SERVICES AU MEILLEUR RAPPORT/QUALITE PRIX, ISSUS TRES  
SOUVENT DE LA PRODUCTION LOCALE.*

**CARBURANTS  
A PRIX DISCOUNT !**



LOCATION DE VÉHICULES



**TELE-MENAGER-CLIMATISATION  
MEUBLE - LITERIE**

SAV

**LAVAL**

PLACE DE LA CLOTTE LAVAU

<http://www.lavalsa.fr>



[www.caplaser.fr](http://www.caplaser.fr)

Découvrez  
**c-Cube**  
l'offre Cloud de Caplaser



CASTRES  
L'agence de la région pyrénéenne  
10 rue Jean Jaurès - 31075 CASTRES  
TOULOUSE  
L'agence de la région toulousaine  
10 rue Jean Jaurès - 31075 TOULOUSE



N° Indigo 0 821 554 987

**Finance  
Conseil**

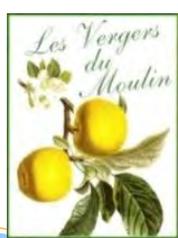
LA RÉFÉRENCE DU COURTAGE EN PRÊTS



# Nos autres partenaires



**THIERRY MATERIAUX**  
ROUTE DE SAINT MARTIN  
81220 DAMIATTE  
Tél : 05 63 70 63 16 • Fax : 05 63 70 71 32  
thierry@ets-thierry.com



- Site Internet : <http://www.pingstpaulais.com>
- Journalistes : P.Pradelles, K.Louarn, C.Drieu La Rochelle, M.Mouly, Y.Courillaud, V. Blanc
- Photographes : P.Pradelles, F.Malige, M.Tiplié, K.Louarn
- Relecture : Christian et Nicole Pradelles, Marjorie Cabau
- Imprimé par JET D'ENCRE ([www.pleinciel-lavaur.info](http://www.pleinciel-lavaur.info) / 05 63 58 26 01)