

REBOUNDS N°37



Janvier 2024



Retour sur l'intersaison du PSPPC

Un tour de Critérium historique !



Lalie SANDRAL portrait d'une graine de championne



Nos partenaires institutionnels



Mairie Saint Paul
Cap de Joux

Mairie Labastide
St Georges



Mairie
Damiatte



Mairie
Village de Lautrec
Lautrec



Mairie
Lugan



Mairie
Ambres



Mairie
Cuq-Toulza





L'édito

À l'aube des JO, le PSPPC continue d'aller de l'avant

Alors que l'année 2023 a touché à son terme, le tennis de table français connaît une expansion médiatique sans précédent, car au-delà de l'arrivée très prochaine des Jeux Olympiques Paris 2024, le ping de l'hexagone peut plus que jamais rêver d'une médaille, voire même d'un titre olympique grâce aux ascensions fulgurantes de 2 prodiges ; Alexis et Félix LEBRUN, ce dernier étant le récent vainqueur des Jeux Européens, titre obtenu en novembre dernier.

À travers cette orientation que prend le tennis de table en France, le Ping St Paulais Pays de Cocagne poursuit son projet de développement dans le but de pouvoir proposer la pratique à toutes les populations, comme il est inscrit dans notre Olympiade 2020 - 2024 de notre Projet Associatif. Vous retrouverez dans ce nouveau numéro de "Rebonds" les actions que le club a mené pour proposer la pratique du ping à un maximum de personnes, notamment dans le but d'attirer de nouveaux licenciés sur nos différentes antennes (St Paul Cap de Joux, Lugan, Labastide Saint-Georges, Ambres, Lautrec et Cuq-Toulza). Retrouvez également les évènements sportifs marquants du club lors de cette 1ère partie de la saison 2023 - 2024.

Pour finir, vous l'aurez sans doute compris, notre Olympiade actuelle touche à sa fin, et pour pouvoir déterminer ses prochains objectifs, le club va très prochainement préparer son nouveau cycle du Projet Associatif 2024 - 2032. Et qui dit nouveau cycle dit nouveau comité directeur, que le PSPPC va renouveler la saison prochaine. Aussi, nous vous informons que nous sommes à la recherche de nouveaux bénévoles pour permettre au club de continuer à vivre et poursuivre son développement. Si vous ou des proches souhaitent nous rejoindre que ce soit en tant que membre du comité directeur, ou alors comme simple bénévole, n'hésitez pas à venir nous en parler ! Votre apport n'en sera plus que jamais nécessaire !



Arthur MOULY
Rédacteur Rebonds





Sommaire

Nos actions de l'été	1
Les Euro MiniChamp's	4
Le Top Occitanie	5
L'Assemblée Générale	6
Le Critérium Fédéral : Tour 1	7
Le Critérium Fédéral : Tour 2	10
Le Championnat par équipes	13
L'interview : Lalie Sandral	20
Le tournoi Inter-Entreprises	23
Nos tournois internes	24
Le classement des classements	27
À vos crayons	28
Zap'ping	29
Nos entraînements	30

Nos actions de l'été

1

Malgré la trêve estivale, le PSPPC ne part pas en vacances ! Retour sur l'ensemble des actions auxquelles le club a participé durant cet été.

Les tournois d'été

Comme tous les ans, le Ping St Paulais organise ses traditionnels tournois d'été, tournoi par handicap ouvert à tous. Tous les vendredis du mois d'août, ils ont pu rassembler **en moyenne 38 joueurs par tournoi**, venant en très grande majorité du département du Tarn, mais aussi de la Haute-Garonne. Nos Saint-Paulais ont également été nombreux à jouer le jeu afin de bien préparer le début de saison, où certains d'entre eux ont fait de bons résultats.

Le club remercie les bénévoles qui se sont mobilisés pour l'organisation de ces tournois, et merci également à notre incontournable Juge Arbitre Jean-Loup pour la gestion des matchs.



Nos actions de l'été

2

Village du Sport Tarn 2024

Depuis 3 ans désormais, le PSPPC participe au Village du Sport Tarn 2024 (anciennement appelé Caravane du Sport Tarnais), dont le but est de promouvoir les différentes pratiques à l'approche des Jeux Olympiques Paris 2024.

Le club a pu participer à 3 des 14 étapes organisées durant tout l'été :

- La Base des Étangs à Saix
- La Base de Loisirs Ludolac à Saint-Lieux-lès-Lavaur
- Le Site d'Aquaval à Lautrec

Nous remercions le CDOS (Comité Départemental Olympique et Sportif) et le Département d'avoir organisé ces événements qui ont permis au club de gagner encore en visibilité auprès des cibles potentielles et ainsi avoir de nouveaux licenciés. Merci encore à nos bénévoles qui se sont une nouvelle fois rendus disponible lors de ces étapes pour promouvoir le PSPPC !



Nos actions de l'été

3

Séjour à La Courbe

Comme à son habitude, depuis de nombreuses années, le PSPPC a organisé un échange avec l'Amicale Laïque de Graulhet, basé au Centre de La Courbe. Après une journée d'initiation le mercredi 23 août dernier à St Paul auprès d'une quinzaine d'enfants du Centre, ce sont nos jeunes accompagnés de Kévin, Elias, Angèle, Lalie et Patrice qui se sont rendus à La Courbe durant 3 jours, où ces derniers ont pu profiter des différentes installations (piscine, tentes, jeux extérieurs..... et même tables de ping pong !) mais aussi des différentes animations proposées par les animateurs du Centre (tir à l'arc, escalade, accrobranche, soirée dansante...) qui ont permis de renforcer la cohésion auprès de nos licenciés !

Un séjour qui a une nouvelle fois été une belle réussite, et qui sera réitéré pour les saisons à venir !



Les Euro MiniChamp's

4

Pour la 2e fois de son histoire, le club a participé à la 17e édition des Euro MiniChamp's, championnat d'Europe ouvert à tous les - 13 ans, organisé à Schiltigheim (Bas-Rhin) du 25 au 27 août avec 2 représentants : Manon LELAIDIER dans le tableau 2010 (F) et Nohlan BERTHIER dans le tableau 2012.

Avec pour objectif de préparer la saison qui arrive, c'est également l'occasion de profiter à fond de cette belle expérience en étant confronté à des joueurs venant de l'étranger !



Dans le tableau 2010 (F), Manon, qualifiée dans le tableau final le 1er jour, se hisse jusqu'aux 1/16 de finales et termine au final à la 29e place sur 91 joueuses engagées dans le tableau, résultat donc plus que favorable !

Dans le tableau 2012, Nohlan, après un début de compétition difficile, termine dans le tableau consolante, repart avec plusieurs victoires et n'aura pas démérité !

Des résultats très satisfaisants pour nos 2 jeunes qui sont de bonne augure pour le début de saison !



Le Top Occitanie

5

Pour démarrer officiellement cette saison 2023 / 2024, la Ligue Occitanie a organisé le 16 Septembre dernier à Narbonne (11) le Top Occitanie, tournoi rassemblant les meilleurs joueurs de la Région dans les catégories jeunes. 4 de nos jeunes ont pu y participer et représenter les couleurs du PSPPC : Paul VOISIN en -11, Manon LELAIDIER en -15, Lalie SANDRAL et Angèle MARQUIER en -19 (F). (Nohlan était forfait car malade).

En -11, Paul (qui est encore poussin) rivalise avec les meilleurs de la région avec une belle 9ème place, 2 victoires au compteur et quelques sets remportés sur les tous meilleurs !

Du côté des filles, c'était un top 8 mélangeant les Cadettes et Juniors. Dans le résultat du Top, en -15, Manon termine 3ème avec notamment une belle victoire 3/0 sur la plus forte.

En -19, Lalie réalise une compétition plus que correcte et obtient la 2e place. Angèle ne remporte qu'une seule partie mais a réussi à rivaliser avec la plupart de ses adversaires. Elle obtient le bronze.



Podium -15



Podium -19

L'Assemblée Générale

6

Le Vendredi 22 septembre 2023 a eu lieu la traditionnelle Assemblée Générale du club à la salle des fêtes d'Ambres. Ce fut l'occasion de revenir sur la saison écoulée (sur le plan sportif, financier, ...), sur les différentes actions menées durant cette période-là, mais aussi d'aborder les perspectives pour les prochaines saisons, notamment les prochaines olympiades 2024 - 2032.

Cette AG a également été l'occasion de mettre à l'honneur nos joueurs / bénévoles récompensés par le Comité du Tarn pour leur engagement. **Félicitations à Paul VOISIN, Nohlan BERTHIER, Clément PASSELERGUE et Annabelle ZENATTI !**

Nous remercions l'ensemble des licenciés ayant participé à cette soirée, mais aussi l'ensemble des élus de la commune pour ce bel accueil et notamment Madame la Maire, Bénédicte Portal, pour son soutien à notre association sportive, ainsi que les élus présents lors de cette soirée, à savoir Mr le Député Jean TERLIER, Mr Gilles TURLAN et Mme Nadia OULD-AMER (élus du Conseil Départemental), Mr Jean-Claude FAUCH (trésorier du Comité du Tarn de Tennis de Table), Mr Michel BELAVAL (élu de la Mairie de St Paul Cap de Joux).



Le Critérium Fédéral

1er tour

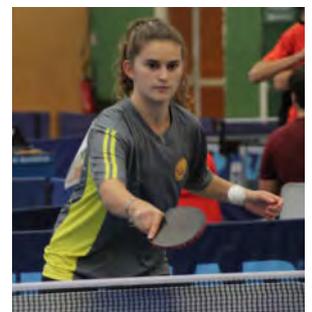
7

En ce weekend du 14 et 15 Octobre, c'est le grand retour du Critérium Fédéral, le tournoi individuel par excellence. Pour ce 1er tour, hormis en Nationale 1, le club a été représenté à tous les échelons. Voici les résultats complets :

En Nationale 2 à Angoulême

- En -11 (12 joueurs), **c'est une victoire pour Nohlan BERTHIER qui se qualifie pour le prochain tour de N2 dans la catégorie -13 ! Un grand bravo à lui !** Paul VOISIN, qui participe pour la 1ère fois à ce niveau de la compétition, s'est bien défendu, mais termine à la 12e place et redescend en PN. Nulle doute que cette 1ère expérience à ce niveau lui servira pour la suite de sa progression !
- En -15 (F) (12 joueuses), **Manon LELAIDIER l'emporte brillamment et monte en N1 pour le 2e tour !** Un énorme bravo à elle qui se voit récompensée de ses efforts quotidiens au Pôle Espoir !
- En -19 (F) (12 joueuses), Lalie SANDRAL passe proche du podium mais termine à une belle 4e place ! Angèle MARQUIER termine 10e et se maintient.

Une journée historique pour le club, puisque jamais le club n'aura connu 2 victoires dans un même tour de Nationale 2 !



Podium -11



Podium -15



Podium -19

Le Critérium Fédéral

1er tour

8

En Pré-Nationale à Revel

- En -13 (32 joueurs), Mattéo ZENATTI réalise une très bonne compétition avec une belle 7ème place.
- En -15 (32 joueurs), Jules DAUZAT passe à côté de sa compétition en terminant 28ème et redescend en Départementale.
- En -19 (32 joueurs), **Corentin SANS termine à une marche du podium pour sa 1ère en Juniors.** Nathan LELAIDIER termine 17ème et se maintient. Quant à Elias VIDAL, une compétition compliquée pour lui qui termine 31ème et redescend en Départementale.
- En Seniors (31 joueurs), Giovan termine 18ème et se maintient. Claude BLANC termine 30ème et redescend en D1.
- En Seniors (F) (7 joueuses), Valérie BLANC échoue au pied du podium avec une 4ème place encourageante.



En Départementale à Albi

En Seniors :

- En D1 (15 joueurs), Gautier PEYRARD prend la 4e place, Arthur MOULY la 5e. Jean-Claude RONFOT, 8e, se maintient.
- En D2 (11 joueurs), Michel TIPLIE termine 6e. Eric DELPECH finit 10e et descend en D3.
- En D3 (11 joueurs), **Francis MALIGE l'emporte logiquement et monte en D2 pour le prochain tour !** Sébastien VENTURELLI, pour sa 1ère compétition individuelle, termine à une belle 4e place.

Le Critérium Fédéral

1er tour

9

Chez les jeunes :

- En -19 (8 joueurs), **Mathis SABATIER** obtient une belle médaille de bronze.
- En -15 (21 joueurs), Thomas BLONDEL empoche également le bronze. Joshua COURJAUD termine 10e, Enzo DIRAT 11e, Valentin FOURNIE 13e, Clément POSTEL 15e et Quentin FACCHETI LAOURDE 16e,
- En -13 (21 joueurs), **c'est un triplé avec la victoire finale de Yanis ARMAND en finale, qui accède donc à la PN, face à Dhargyé GEORGELIN. Raphaël ARSENGER complète le podium.** Derrière, Lucas VIALARD termine 4ème, Louan GAUDEFROY 8ème, Mathieu BOSCH 9ème, Jon ATXAERANDIO MENDEZ 10ème et Lila MOHAMMA 13ème
- En -11 (8 joueurs), Titouan KERGADALLAN VERNE échoue de peu à la finale et termine à une 4ème place encourageante.



Podium -13



Podium -15



Podium -19

Le Critérium Fédéral

2e tour

10

Ce 2e tour du Critérium s'est déroulé le samedi 2 et dimanche 3 Octobre, avec cette fois-ci, le club représenté à tous les échelons !

En Nationale 1 à Thorigné-Fouillard

Pour sa toute première participation à ce niveau du Critérium Fédéral, Manon LELAIDIER s'est déplacée en banlieue Rennaise accompagnée de Alexandra et de sa mère Mylène.

- Dans le tableau -15 le samedi, après un début de compétition difficile, Manon termine à la dernière place de sa poule et bascule dans le tableau du bas avant de s'incliner en 1/16 de finale.
- Dans le tableau -18 le dimanche, la marche était trop haute pour notre jeune espoir qui termine dernière de poule, place éliminatoire dans ce tableau.

Le résultat n'a peut-être pas été à la hauteur des espérances de Manon, mais nulle doute que cela servira d'expérience pour les prochaines échéances, notamment les prochains tours de Critérium en N1 !



En Nationale 2 à Montauban

- En -19 (F) (12 joueuses), **Lalie SANDRAL** passe proche de l'exploit et s'incline en **finale** ! Angèle MARQUIER termine à une belle 8e place, synonyme de maintien !
- En -13 (14 joueurs), Nohlan BERTHIER, fraîchement monté de la catégorie -11 après sa 1ère place lors du dernier tour, termine 14e et rejouera lors du prochain tour dans la catégorie inférieure.

Le Critérium Fédéral

2e tour

11



En Pré-Nationale à St Orens

- En Seniors (31 joueurs), Giovan GUIMBERTEAU termine une nouvelle fois 18e et se maintient.
- En -19 (31 joueurs), Corentin SANS termine à la 6e place, Nathan LELAIDIER finit 14e et valide lui aussi son maintien.
- En -13, (30 joueurs), Mattéo ZENATTI finit 10e et Yanis, 27e, redescend en D1 pour le prochain tour.
- En -11 (32 joueurs), Paul VOISIN prend la 13e place.



Le Critérium Fédéral

2e tour

12

En Départementale à Carmaux

Chez les Seniors :

- En D1 (11 joueurs), Claude BLANC prend la 4e place, Arthur MOULY la 5e, Gautier PEYRARD la 6e. Jean-Claude RONFOT termine 9e et se maintient.
- En D2 (14 joueurs), Francis MALIGE termine à une belle 5e place, Michel TIPLIE prend la 10e place et se maintient.
- En D3 (20 joueurs), Valérie BLANC termine 10e, Eric DELPECH 11e, et Sébastien VENTURELLI 19e.

Chez les jeunes :

- En -19 (8 joueurs), **Elias VIDAL l'emporte et remonte en PN pour le prochain tour !** Mathis SABATIER prend la 3e place.
- En -15 (23 joueurs), **c'est une victoire sans appel pour Jules DAUZAT qui remonte également en PN.** Thomas BLONDEL termine 4e, Joshua COURJAUD 10e, Valentin FOURNIE 11e, Enzo DIRAT 13e, Clément POSTEL 15e, Quentin FACCHETI LAOURDE 16e, Ogouera RENAMY 19e et Virgile MONTILLET 20e.
- En -13 (23 joueurs), **Dhargye GEORGELIN s'incline en finale.** Le podium est complété par Raphaël ARSENGER (3e) et Lucas VIALARD (4e). Jon ATXAERANDIO MENDEZ finit 9e, Louan GAUDEFROY 11e, Maël RICARDOU 15e et Mathieu BOSC 19e.
- En -11 (5 joueurs), **Gabin SUDRE passe proche de la montée et termine 2e.**



Podium -11



Podium -13



Podium -15



Podium -19

Le Championnat par équipes

Équipe 1 - Régionale 2

13

1	PPC Villefranche 1	21
2	ASPTT Albi 3	18
3	Pins-Justaret Villate TT 4	16
4	Ping St Paulais Pays de Cocagne 1	15
5	PC Olemps 1	12
6	TT Pays Gaillacois 1	12
7	Quint Fonsegrives TT 1	11
8	TT Graulhet 1	7

L'équipe :



Claude BLANC (Cap)
Arthur MOULY
Gautier PEYRARD
Lalie SANDRAL
Corentin SANS
Giovan GUIMBERTEAU

Après avoir été repêchée en R2 pour cette saison 2023 / 2024, l'équipe 1 s'est vue renforcée par 2 joueurs : Giovan GUIMBERTEAU, ancien de la maison, et Corentin SANS, anciennement joueur de l'équipe 2. Ces renforts auront notamment permis à l'équipe de passer une phase moins difficile que la précédente et **d'obtenir une belle 4e place, synonyme de maintien** et d'une phase satisfaisante pour l'équipe de Claude BLANC !



Le mot du capitaine Claude BLANC

Après un repêchage "mérité", nous voilà reparti en R2.

Pour cette phase, nous enregistrons le renfort de Giovan GUIMBERTEAU, de retour au club. Corentin venait logiquement remplacer Clément AUDOUIN qui souhaitait prendre un peu de recul.

Une belle phase pour notre équipe avec 4 victoires, et un maintien assuré. Nous terminons 4ème.

Corentin fut à son avantage durant cette phase avec une belle progression. Gautier a confirmé la progression de la phase dernière.

Un bilan sportif positif, cependant il faudra retrouver un peu plus de cohésion pour la prochaine phase. (Je n'en doute pas, et je vais m'y attacher)



Le Championnat par équipes

Équipe 2 - Régionale 3

14

1	Ping St Paulais Pays de Cocagne 2	18
2	TT Reignac 1	17
3	PC Olemps 2	15
4	St Orens TT 4	15
5	US Montauban 5	14
6	Toulouse AC TT 1	14
7	Atout Stéphanois 1	11
8	Castelginest TT 1	8

L'équipe :



Kevin LOUARN (Cap)
Charles DRIEU LA ROCHELLE
Sébastien MEYER
Nathan LELAIDIER
Manon LELAIDIER

Après une montée méritée lors de la saison précédente, l'équipe avait à cœur de mieux faire que lors de leur précédente expérience en R3. Emmenée par les 2 jeunes Nathan et Manon LELAIDIER, l'équipe rend une copie largement au-delà des attentes et termine, au bout de la dernière journée, à **une 1ère place leur permettant de rejoindre l'équipe 1 en Régionale 2 !** Félicitations à eux !



Le mot du capitaine Kévin LOUARN

Une première phase réussie !!! En septembre, l'objectif était clair : le maintien. Avec l'arrivée de Sébastien, qui s'est parfaitement intégré, l'équipe réalise un excellent début avec 3 victoires sur les 3 premiers matchs. Le maintien est vite assuré. Petit à petit, l'objectif initial change avec une montée à l'échelon supérieur possible. Avec le renfort de 3 joueurs de la 1 notamment sur les 2 dernières rencontres, la 1ère place a été acquise après une rencontre très accrochée lors de la 7ème journée. Un grand bravo à l'ensemble de l'équipe: Sébastien qui a apporté son expérience, Charles qui a assuré en tant que capitaine et nos 2 jeunes, Nathan et Manon qui ont été solides tout au long de la phase !!!



Le Championnat par équipes

Équipe 3 - Régionale 4

15

1	Narbonne TT 3	21
2	Limoux TT 1	19
3	Trèbes TT 4	16
4	Ping St Paulais Pays de Cocagne 3	16
5	Revel-Lauragais 1	13
6	Canohès TTT 3	11
7	ATT Pays Olmes 2	9
8	TT Critourien 1	7

L'équipe :



Alexandra TEYSSIE (Cap)
Bruno BASELGA
Sébastien TICHIT
Jean-Claude RONFOT
Aymeric DUBOIS
Angèle MARQUIER

Avec une équipe légèrement renforcée par rapport à celle ayant décroché la 1ère place en D1 la saison dernière, l'équipe de la coach Alexandra TEYSSIE avait largement la possibilité d'aller chercher le maintien dans cette poule assez hétérogène de la Régionale 4. **Mission parfaitement accomplie avec une belle 4e place !**



Le mot de la capitaine Alexandra TEYSSIE

La phase n'a pas bien commencé avec une lourde défaite contre l'un des prétendants à la montée. Par la suite, nous avons réussi à gagner les rencontres les unes après les autres. Au milieu de la phase, nous sommes tombés sur le deuxième ogre de la poule qui lui visait la montée.

Le maintien fut acquis vers la 5ème journée. Au sein de l'équipe régnait une bonne ambiance.



Le Championnat par équipes

Équipe 4 - Départementale 1

16

1	Labruguière FP 1	19
2	US Carmaux TT 2	18
3	ASPTT Albi 5	17
4	FLEP Lacabarède 1	15
5	Ping St Paulais Pays de Cocagne 4	15
6	TT Pays Gaillacois 3	12
7	TT Pays Gaillacois 4	9
8	Castres TTT 2	5

L'équipe :



Jean-Loup ALBERT (Cap)
Vincent AUDOUIN
Mattéo ZENATTI
Clément PASSELERGUE
Nohlan BERTHIER
Jules DAUZAT
Elias VIDAL

Après une double montée acquise la saison dernière, l'équipe 4 a connu plusieurs changements suite à l'arrêt de certains de ses joueurs. Néanmoins, une équipe très compétitive a pu être mise en place avec des jeunes espoirs mélangés à des plus expérimentés. Une phase qui s'est déroulée sans accrocs pour l'équipe de Jean-Loup ALBERT, **avec une belle 5e place** démontrant que cette équipe a largement le niveau de la D1 !



Le mot du capitaine Jean-Loup ALBERT

L'objectif de ce groupe en priorité, c'est de faire progresser les jeunes ; Jules, Mattéo et Nohlan. L'ensemble de l'équipe est constitué en plus de Vincent, Elias et Clément suivant les disponibilités de chacun.

En tant que gestionnaire de l'équipe 4, j'ai voulu systématiquement avoir sur chaque rencontre un joueur confirmé pour encadrer les jeunes, j'ai donc fait appel à Kevin et Claude en plus de Vincent et moi. L'équipe termine 5e sur cette phase, avec des résultats individuels intéressants en fin de phase pour certains.

Place à la phase 2, avec le même objectif qu'en phase 1, suivant la composition du groupe.



Le Championnat par équipes

Équipe 5 - Départementale 2

17

1	ASPTT Albi 6	18
2	US Carmaux TT 3	18
3	ASPTT Albi 7	17
4	Ping St Paulais Pays de Cocagne 5	14
5	Labruguière FP 2	12
6	FLEP Lacabarède 2	12
7	TT Pays Gaillacois 5	11
8	Labruguière FP 3	9

L'équipe :



Michel TIPLIE (Cap)
Valérie BLANC
Eric DELPECH
Daniel RIGAUD
Francis MALIGE
Mathis SABATIER
Kévin BALAYE
Thierry FAURE

Comme depuis de nombreuses saisons, l'objectif de l'équipe 5 était le maintien dans cette division qu'est la D2. Cet objectif a pu être atteint de manière moins difficile grâce aux renforts en cours de phase de Thierry FAURE et de notre Balay', ancien joueur du club. Au final, **une belle 4e place** permettant bien évidemment à l'équipe de Michel TIPLIE de conserver sa place en D2 en janvier prochain !



Le mot du capitaine Michel TIPLIE

L'équipe 5 en D2 a pu compter sur des joueurs motivés, même si parfois les résultats n'étaient pas à l'arrivée et ne reflétaient pas la combativité de joueurs.

L'entame de la phase a été difficile avec 2 défaites (12/2—8/6) et un nul. Les 3 autres rencontres gagnées avec l'apport de Clément, Kevin et Alexandra ont permis d'assurer le maintien en D2. Même si la dernière journée se solde sur une défaite (11/3), il faut tout de même relativiser, car comme beaucoup de rencontres de cette phase, il y a eu de nombreux matchs en 4 et 5 sets très accrochés qui n'ont pas tourné à l'avantage de St Paul. Il est à noter que les victoires des équipes sont le reflet des points correspondant à ces équipes, le gagnant ayant systématiquement un total plus élevé.

Kevin qui revenait à la compétition a prouvé qu'il avait toujours l'âme d'un combattant.

L'équipe est motivée et espère un peu plus de réussite en phase 2 sur les match en 4 et 5 sets.



Le Championnat par équipes

Équipe 6 - Départementale 3

18

1	US Carmaux TT 4	20
2	ASPTT Albi 8	18
3	TT Pays Gaillacois 6	17
4	TT Graulhet 2	13
5	Ping St Paulais Pays de Cocagne 6	13
6	US Carmaux TT 5	12
7	UP Mazamet 1	11
8	TT Graulhet 3	7

L'équipe :



Patrice PRADELLES (Cap)
Yannick COURILLAUD (Vice-Cap)
Yanis ARMAND
Dhargye GEORGELIN
Lila MOHAMMA
Mathieu BOSCH
Faly RAVAOMARIA
Lucas VIALARD
Adrien GUMIERO
Raphaël ARSENGER

Dans l'équipe dirigée par Patrice PRADELLES et Yannick COURILLAUD, l'objectif est inchangé : faire découvrir le championnat par équipes à nos jeunes compétiteurs. Au nombre de 8 sur cette phase, ces derniers ont réalisé une phase globalement satisfaisante avec 3 victoires empochées sur 7 rencontres pour 4 défaites, et au final **une 5e place synonyme de maintien en D3**, suite à la création d'une nouvelle division départementale.



Le mot du capitaine Patrice PRADELLES

Yannick et moi sommes très fiers d'avoir accompagné cette équipe de jeunes espoirs du club dans cette phase 1 du Championnat par équipes. Il est toujours difficile d'affronter des pongistes souvent bien plus âgés et expérimentés.

Mais c'est justement le but de passer cette étape afin que chacun progresse. Au final, objectif atteint avec des joueurs très à l'écoute, qui se sont sublimés sur certains matchs. Dorénavant, les ambitions et les attentes seront un peu plus grandes mais toujours avec le plaisir de jouer comme leitmotiv.



Le Championnat par équipes

Équipe 7 - Départementale 4

19

1	TT Pays Gaillacois 7	21
2	ASPTT Albi 9	19
3	Ping St Paulais Pays de Cocagne 7	17
4	Labruguière FP 4	14
5	ASPTT Albi 10	12
6	US Carmaux TT 6	9
7	TT Pays Gaillacois 8	8
8	Castres TTT 3	7

L'équipe :



Jean-Loup ALBERT (Cap)
Thomas BLONDEL
Sébastien VENTURELLI
Julie GENNA
Simon GOMBERT
Joshua COURJAUD

Dans cette nouvelle division départementale, le PSPPC a pris la décision de créer une 7e équipe qui serait engagée dans cette D4, dans le but de créer une compétition au niveau débutant. Notre équipe, mélangeant jeunes et adultes, et dirigée par Jean-Loup ALBERT, a réalisé une phase très satisfaisante, avec une très belle 3e place et beaucoup de progrès et d'investissements de la part des joueurs ! Bravo à eux !



Le mot du capitaine Jean-Loup ALBERT

Nouvelle équipe pour le club, avec PSP 7. Un groupe pour la découverte du championnat et le plaisir de jouer. Super ambiance entre Simon, Julie, Sébastien, Joshua et Thomas. A en voir le sourire de certains après les rencontres, ils sont prêts pour la phase 2. Nous finissons 3e de cette poule. Un petit loupé sur la rencontre face à ALBI 9, mais un bon esprit dans ce groupe. Nous allons refaire la base des groupes pour la phase 2, je pense que des joueurs peuvent participer au championnat en D3 !





L'interview

Lalie Sandral

20

Au club depuis de nombreuses années, passée par tous les échelons (Baby Ping, groupe jeunes, ...), Lalie SANDRAL, aujourd'hui joueuse de l'équipe 1, membre du Groupe Performance et meilleure féminine du département, est déjà devenue un exemple d'abnégation et de détermination qui lui aura permis d'avoir un palmarès bien rempli. Mais nulle doute que sa mentalité de compétitrice lui permettra de continuer à viser de plus en plus haut. Voici l'interview d'une jeune fille aussi ambitieuse que sympathique !

Bonjour Lalie, pour commencer, pourrais-tu te présenter en quelques mots ?

Bonjour, je m'appelle Lalie SANDRAL, j'ai 15 ans, je suis en classe de 2nde. Je vis avec ma sœur à St Paul chez ma mère et à Guitalens chez mon père. En termes de caractère je suis gentille, à l'écoute des autres, assez têtue et très perfectionniste.

J'adore réussir tout ce que je fais et surtout je déteste perdre, j'aime aussi beaucoup faire la fête.



Qu'est-ce qui t'a motivé à l'idée de venir découvrir le tennis de table ?

J'ai découvert le tennis de table lorsque j'avais à peu près 6 ans et que j'étais en vacances dans un camping avec mes parents.

J'ai de suite énormément apprécié ce sport, c'est pourquoi dès l'année suivante mes parents m'ont inscrit dans un club, et pas n'importe lequel, celui grâce à qui j'en suis là aujourd'hui, c'est-à-dire celui de Saint Paul. Cela fait donc maintenant 8 ans que je pratique ce sport (depuis 2015), que c'est devenu très rapidement ma passion et que je ne m'en suis jamais lassée.



As-tu pratiqué d'autres sports que le tennis de table ?

Alors comment dire ça, j'ai essayé les majorettes, ce qui ne me correspondait absolument pas (pour ceux qui me connaissent plutôt bien, tout ce qui est maquillage, robes et paillettes, ce n'est pas trop mon délire). J'ai donc très rapidement arrêté et découvert le ping, un sport qui me correspond beaucoup plus autant sur mon caractère que sur ma façon d'être.





L'interview

Lalie Sandral

21

As-tu d'autres passions dans la vie que le ping ?

Il y a plein de choses qui me plaisent beaucoup et que j'adore faire comme, d'autres sports, d'autres loisirs ou activités, mais le ping reste quand même ma plus grande passion, et ce sport a pris une très grande place dans ma vie.



Quel regard portes-tu sur ta progression ? Es-tu satisfaite de ton niveau de jeu actuel, ou bien est-ce que tu espérais progresser plus ?

Par rapport à ma progression, depuis que j'ai commencé, je suis déjà très fière de tout ce que j'ai fait et appris. L'année de ma 5e, quand je suis partie en Sport-Étude à Auch, j'ai énormément progressé, et contrairement à ce que je craignais, c'est-à-dire qu'en arrêtant le pôle (car c'était finalement trop compliqué pour moi) je ne progresse plus ou quasiment plus. Au final, je progresse toujours, peut-être moins vite mais à mon rythme.

L'année dernière, j'ai fait une belle progression, et pour le début de cette année avec les cours, j'ai un peu moins de temps pour m'entraîner, j'espère quand même pouvoir encore progresser.

Étant donné que tu es au club depuis longtemps, quels sont tes meilleurs souvenirs de ces 8 dernières années ?



Mes meilleurs souvenirs sont nombreux, mais je ne pourrais pas tous les citer.

Pour commencer déjà, ma première compétition où c'était Kevin qui me coachait, j'avais terminé 4e et j'étais très fière de moi, c'était en 2015.

Ensuite, il y a eu le 1er tour de critérium en N2 que j'ai gagné, cette fois-ci c'était Patrice qui me suivait, j'étais benjamine 2e année et c'est un de mes souvenirs préférés.

Il y a aussi les championnats de France qui sont une expérience incroyable à vivre, ma 2e victoire en N2 en 2021 (j'étais cadette 1ère année) qui m'a permis d'accéder à la N1.

Puis de nombreuses compétitions comme les championnats féminins, les championnats du Tarn en simple et en double.

Et enfin j'ai eu la chance d'interviewer Pritika Pavade (*joueuse française internationale de tennis de table*), un moment inoubliable également.

Tous ces souvenirs sont très importants pour moi.



L'interview

Lalie Sandral

22

Aujourd'hui, de plus en plus de filles se mettent à la pratique du tennis de table. Que dirais-tu à une jeune fille qui hésiterait à faire du ping mais qui serait réticente à l'idée que ce ne serait pas "un sport de fille" ?

Je lui dirais déjà que c'est un sport incroyable, que c'est parce que c'est une fille qu'elle n'a pas le droit ou qu'elle doit s'en priver, bien au contraire. Cela pourrait devenir une passion pour elle et que ce que pense les gens, ici, plus précisément les garçons, ça ne nous atteint pas, et que plus on sera de filles à pratiquer le tennis de table, moins il y aura des clichés comme celui ci.



Quelles sont tes objectifs cette saison sur le plan sportif ?

Pour commencer, faire de bon résultats en N2 pour essayer de monter à nouveau en Nationale 1, également de me qualifier aux championnats de France juniors, gagner les championnats du Tarn dans ma catégorie (c'est très important pour moi).

Au niveau du classement, j'aimerais passer les 1400 points d'ici la fin de la saison.



T'es-tu fixée d'autres objectifs sur du plus long terme ?

Sur le plus long terme, mes objectifs ressemblent à peu près à ceux de cette année. Mais si on réfléchit un peu plus loin, il y a les études et j'ai un seul objectif, ne pas arrêter le ping, toujours continuer à m'entraîner et surtout à faire partie du club de Saint Paul !



Est-ce que tu aurais autre chose à ajouter ?

Je voulais juste remercier le club, les entraîneurs et ma famille pour tout ce qu'ils ont pu faire pour moi depuis ces nombreuses années, et que ce n'est pas prêt de s'arrêter.....

Merci beaucoup Lalie pour cet interview ! Le Ping St Paulais Pays de Cocagne est très content de t'avoir avec nous et est très fier de ce que tu as accompli jusqu'à aujourd'hui. Tu permets de démontrer qu'avec de la détermination et de l'assiduité, il est possible de réaliser de très belles choses ! Nous espérons tous que tu iras le plus haut possible et que tu accompliras tes objectifs !

Le Tournoi Inter-Entreprises

23

Vendredi 17 novembre a eu lieu à Saint Paul Cap de Joux le tournoi Inter-Entreprises, réunissant 18 équipes de 2 joueurs(es).

Cette 3ème édition fut une très belle réussite avec beaucoup de défis entre les équipes motivées. Elles se sont affrontées dans la bonne humeur. Un tournoi très convivial qui a permis aux différentes entreprises présentes de se parler autour d'un bon buffet tout au long de la soirée.

Nous tenons à remercier la participation des entreprises : MOYNET ENERGIE, LM Conception, EBS Isolation, TS DALET, Groupe BLAZQUEZ, CORDIZ, SAUMADE et FILS, SOLAGEC, LIONS CLUB Lavaur, AUDOUIN Vincent Services, TEAM NALANDA, La Poste de Lavaur et la Mairie de St Paul Cap de Joux !



Nos tournois internes

24

Tournoi Octobre Rose

Comme chaque année, le PSPPC organise un tournoi à l'occasion d'Octobre Rose, permettant de trouver des fonds pour lutter contre le cancer du sein. Organisé le 20 octobre dernier au gymnase de St Paul Cap de Joux, il a rassemblé 44 joueurs, licenciés comme non-licenciés, sous le signe de la convivialité.



Ce tournoi a été remporté par Corentin SANS face à Nathan LELAIDIER en finale. Guillaume BLANC complète le podium.

Dans le tableau médium, victoire de Frédéric LELAIDIER face à Robin BOUDRY. Menno BAKKER prend la 3e place.

Dans le tableau consolante, la 1ère place revient à Cécilien SANS. Jean-Marc VENTURELLI obtient la 2e place. Milo SORIANO complète le podium.

Un grand merci à tous les participants et merci à nos bénévoles pour l'organisation !



Nos tournois internes

25

Tournoi du Téléthon

Le vendredi 24 novembre a eu lieu le Tournoi au profit du Téléthon, les licenciés et non licenciés se sont encore une fois manifestés en grand nombre (45 personnes).



Le tournoi fut remporté par Claude BLANC face à Vincent AUDOUIN en finale. Guillaume BLANC complète le podium.

Dans le tableau consolante, c'est une victoire de Faly RAVAOMARIA face à Cécilien SANS. Milo SORIANO prend la 3e marche du podium.



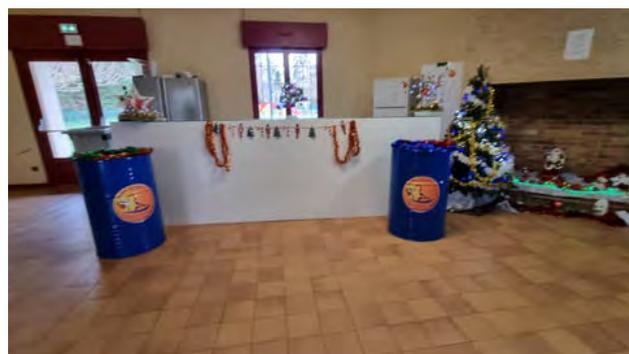
Un grand merci à tous les participants, où **cette soirée a permis de reverser la somme de 235€ à l'Association du Téléthon.**

Nos tournois internes

26

Tournoi de Noël

En cette fin d'année 2023, le PSPPC organise son dernier tournoi de l'année sous le thème des fêtes de Noël. Organisé la veille du Réveillon (23 décembre), il aura réuni 66 participants, dont des licenciés et des non-licenciés, mais aussi des petits et des grands.



Dans le tableau Jeunes, **la 1ère place a été obtenue par Lucas VIALARD** face à son copain Yanis ARMAND en finale. La 3e place est pour Adrien GUMIERO.

Dans le tableau Parents, **c'est une victoire pour Christophe ARMAND** (père deYanis) face à Benoît VIALARD (père de Lucas !). Ludovic LE TESSIER prend la 3e place.

Dans le tableau Élites, **le tournoi fut remportée par Lalie SANDRAL** face à Guillaume BLANC. Arthur MOULY complète le podium.

Un grand merci à tous les participants, et un grand bravo à notre JA Jean-Loup pour l'organisation et à la commission festivités pour son investissement autour de ce tournoi (décorations de Noël, apéritif dinatoire, ...).



Le classement des classements

27

En cette fin de 1ère partie de saison, découvrez les 5 joueurs les mieux classés au 1er janvier 2024 :

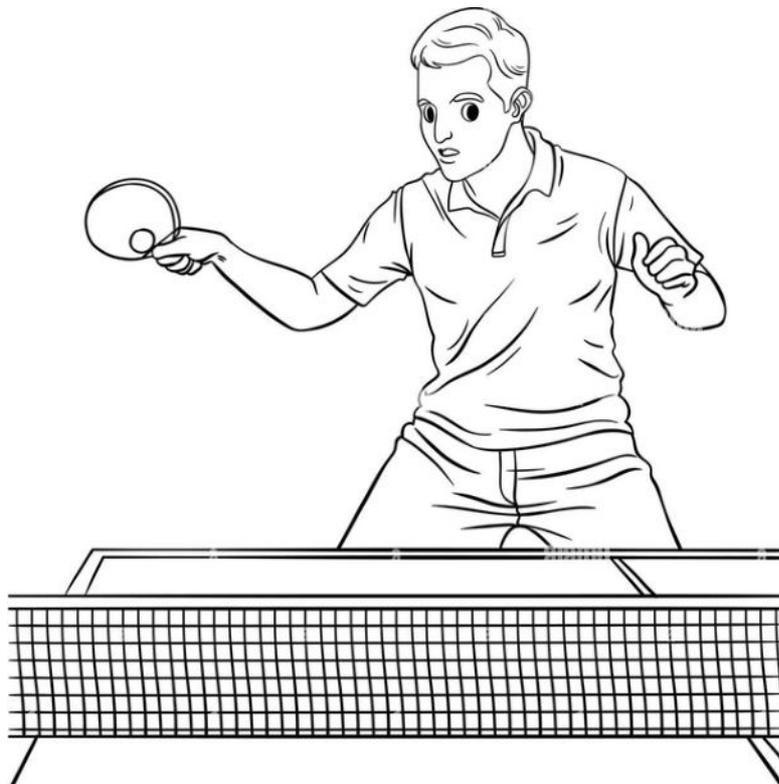
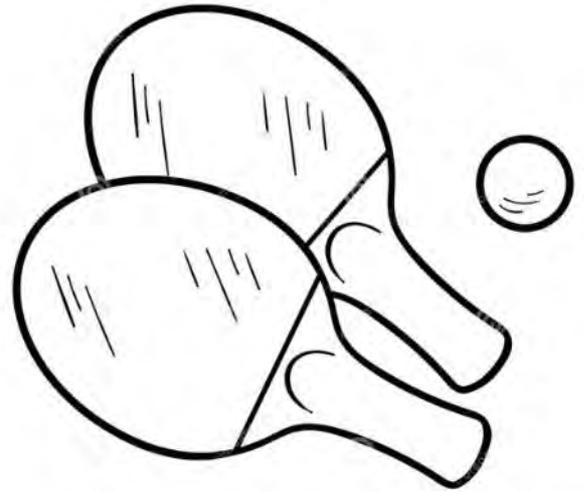
- 1 - Giovan GUIMBERTEAU - 1418 points
- 2 - Corentin SANS - 1365 points
- 3 - Lalie SANDRAL - 1282 points
- 4 - Gautier PEYRARD - 1271 points
- 5 - Manon LELAIDIER - 1235 points

Voici maintenant le classement des 10 meilleures progressions de la saison au 1er janvier 2024 :

	NOM Prénom	Points Septembre 2023	Points Janvier 2024	Progression
1	SANS Corentin	1218	1365	+ 147 points
2	LELAIDIER Manon	1098	1235	+ 137 points
3	GEORGELIN Dhargyé	521	619	+ 98 points
4	BERTHIER Nohlan	794	867	+ 73 points
5	BLONDEL Thomas	543	605	+ 62 points
6	MALIGE Francis	627	686	+ 59 points
7	BLANC Valérie	623	680	+ 57 points
8	SABATIER Mathis	596	651	+ 55 points
9	GENNA Julie	500	551	+ 51 points
10	RONFOT Jean-Claude	865	909	+ 44 points

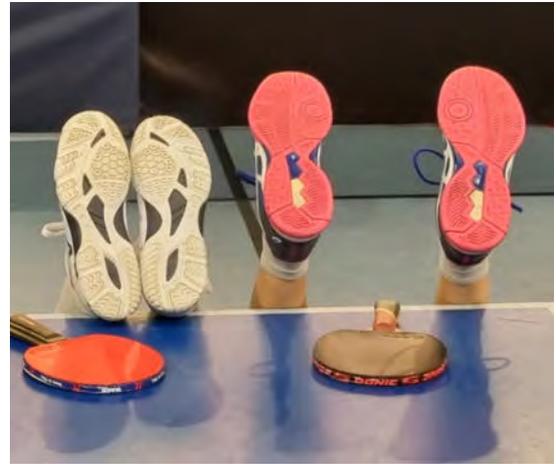
À vos crayons

28



Zap'ping

29



Nos entraînements

30

JOUR	HEURES	PUBLIC	SITE
LUNDI	16h30 – 18h00	Enfants	Lugan
	18h00 – 19h30	Enfants	
	19h30 – 21h30	Ados-Adultes	
	18h00 – 19h30	Enfants-Ados	Labastide Saint Georges
MARDI	18h30 – 20h00	Enfants	Saint-Paul-cap-de-Joux
	17h45 – 18h30	Baby Ping	
	20h30 – 22h00	Ados-Adultes	
	17h00 – 18h30	Enfants	Cuq-Toulza
	18h30 – 20h00	Enfants-Ados	
	20h00 – 21h30	Ados-Adultes	
MERCREDI	14h30 – 16h00	Enfants-Ados-Adultes	Lautrec
	17h00 – 18h30	Enfants	Labastide Saint Georges
	18h30 – 20h00	Enfants-Ados	
	20h00 – 22h00	Ados-Adultes	
JEUDI	20h30 – 22h00	Ados-Adultes	Saint-Paul-cap-de-Joux
	16h30 – 17h45	Enfants	Ambres
	17h45 – 19h00	Enfants-Ados	
VENDREDI	18h30 – 20h00	Enfants-Adultes	Saint-Paul-cap-de-Joux
	20h30 – 22h30	Ados-Adultes <i>(Uniquement le 3^{ème} vendredi du mois)</i>	
	20h30 – 22h30	Ados-Adultes	Ambres



Nos partenaires privés

Raquette d'or



ESPINASSE
Primeurs

Raquette d'argent

LA VRAIE VIE S'ASSURE ICI

VOTRE AGENCE
19 rue de la République - 81220 St Paul Cap de Joux
Tél. 05 63 70 51 96

N°Cristal 0 969 320 319
APPEL NON SURTAXÉ

 **Groupama**

www.groupama.fr

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


CABINET CONSEILS
JEAN-MICHEL VIGNAU

Conseil en gestion de patrimoine
indépendant, particuliers & entreprises

Jean Michel VIGNAU
Expert en Gestion de Patrimoine

2 bis allées Jean Jaurès - 81500 LAVAUR
Tél. 05 63 41 32 37
Mobile 06 14 40 59 21
@ cabconseils@jmvignau.com
Site: www.jmvignau.com


APÉA
IMMOBILIER
NOTRE PRIORITÉ - VOTRE PROJET


NORD
MIDI-PYRÉNÉES
BANQUE ET ASSURANCES

Le bon sens a de l'avenir

Audouin Vincent Services


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

06 73 05 50 97

LA CANAL
81220 DAMIATTE

Raquette de bronze

CENTRE COMMERCIAL
Intermarché
LAVAUUR
Le Bistrot du Marché
Restaurants - Boulangerie

PARTENAIRE DES PRODUCTEURS ET DES ASSOCIATIONS LOCALES

TOUS LES PRODUITS ET LES SERVICES AU MEILLEUR RAPPORT/QUALITÉ PRIX, ISSUS D'ÉCARTS SÉLECTÉS DE LA PRODUCTION LOCALE.

CARBURANTS A PRIX DISCOUNT !  **LOCATION DE VÉHICULES**


SNR
Société nouvelle RIGAL
05 63 58 03 79

TOUS TRAVAUX DE CHARPENTE
COUVERTURE, MENUISERIE
ET ZINGUERIE


CHARPENTE
COUVERTURE
MENUISERIE

 ACCETZTOITURE@GMAIL.COM
 06 29 87 22 95
 ATELIER SITUÉ AU 4 AVENUE DE LA GARE 81220 DAMIATTE

CCM fait partie du groupe ACCEZ TOITURE

PAINS ET DOUCEURS D'ANTAN
BOULANGERIE-PÂTISSERIE ARTISANALE

05 63 70 60 24
painsetdouceurdantant@gmail.com
81 avenue Pierre Fabre
81220 SAINT-PAUL-CAP-DE-JOUX

ALAIN AFFLELOU

75 Avenue de Cocagne
LAVAUUR


MAGISTER
PATRIMOINE

Magister Patrimoine

LAVAUUR
2 bis, allée Jean Jaurès
81500 Lavour
05.63.41.32.37
lavour@magisterpatrimoine.fr

TOULOUSE
6, rue de Bayard
31000 Toulouse
05.62.27.58.14
contact@magisterpatrimoine.fr


PAPREC
COVED

Pizza Nell 

Saint-Paul-Cap-de-Joux - Tél. 05 63 72 06 94



Nos partenaires

Jet d'Encre
Reprographie - Imprimerie

Terre Fleurie
Baptême, mariage, deuil...

54 avenue Pierre Fabre
81220 St Paul Cap de Joux
☎ 05 63 75 30 07
www.fleuriste-terrefleurie-saintpaul.fr
Livraison - 🚚 à distance

Pizza Vaness
Large choix de pizzas artisanales

Saint Paul Cap De Joux - 06.34.24.24.06
Vielmeur-Saint-Ageut - 06.22.66.64.70

Du mardi au dimanche
A partir de 11€00!

LA FERMÉ DE LA MÉTAIRIE NEUVE
PRODUCTEUR DE CANARDS GRAS DE BARBARIE
POULETS-CANETTES

EARL VERNHERES
Federic: 06.76.82.83.68 Jackie: 06.82.29.61.34
Eric: 06.42.30.19.22 Fine: 05.63.75.49.96
La Métairie Neuve contact@la-metairie-neuve.fr
81220 St Paul cap de Joux www.la-metairie-neuve.fr

les créateurs de la collection à domicile
Coffrets hommes, femmes et enfants
Diamante BICOZ et dentiers

07.83.61.86.64
Prise de rendez-vous en ligne
www.lescreateursdejolie-81.fr

BIO LAVAU
MAGASIN BIO

PRODUITS LOCAUX • VRAC • FRAIS
FRUITS & LÉGUMES • ÉCO-PRODUITS

75, avenue de Cognaçne - ZA du Rouch - 81500 Lavaur
Tél. 05 63 40 93 12
Le lundi de 15h à 19h30 - du mardi au samedi de 9h30 à 19h30

SOS PARE-BRISE + GRAUHET
RECEVEZ UN CHÉQUE DE 50€
et bénéficiez de nos nombreux AVANTAGES
GRÂCE à nos assurances partenaires

05 31 51 09 69 grauhet@sospb.fr

L'ESPERANZA
CAFE, RESTAURANT, PIZZERIA

SAINT PAUL CAP DE JOUX
TOUS LES MARDI, VENDREDI, SAMEDI, DIMANCHE SOIR
SUR COMMANDE

05 63 70 61 31

MAISON GUILLAUME
Traiteur • Réception

05 63 40 18 71
contact@lamaisonguillaume.fr
lamaisonguillaume.fr
9 Chemin de la Bourdette
81500 Labastide-Saint-Georges

Garage Layol
16, rue du Docteur Compayre
81500 LABASTIDE-SAINT-GEORGES
05 63 41 33 86 - 06 49 59 47 08
contact@garage-layol.fr

MBS LOCATION

LAVAU AMBULANCES
JUAN Père & Fille

Taxi
LAVAU - ST SULPICE

76, route de Castres - 81500 LAVAU
Tél. 05 63 58 60 60

Les Vergers de Montin

Maison de la Peinture
LA MAISON DU PEINTRE ART'CO

La lunetterie
Virgine PIAJET

14, Avenue de Toulouse
81000 PUYLAURENS
Tél. 05 63 70 29 33
saintluc@maisoncousu@orange.fr

Goût et Tradition
Boucherie Charcuterie Traiteur

Vielmeur-saint-Ageut Tél. 05 63 50 48 34

Harib'art
confiseries, idées cadeaux

haribart@outlook.fr

12 av de toulouse
81700 PUYLAURENS
06,99,77,42,52

pergola
bâche piscine
store intérieur
moustiquaire
menuiserie PVC
volet roulant
porte de garage
salon de jardin
parapluie forain
location chapiteaux

stores bâches SUQUET Lavaur

16, route de Gaillac - 81500 LAVAU
Tél. : 05 63 58 05 72 - Fax : 05 63 58 40 41
Web : suquetstore.fr - E-mail : storesuquet@orange.fr

LM CONCEPTION
MARINO LEPRINCE

06 58 19 96 05
lmconception81@hotmail.com

Maquette de pierre pour piscines, terrasses et allées

www.lmconception-piscine.fr

PASSELERGUE AMO
32 bis route de Mayre
81220 SAINT PAUL CAP DE JOUX

PASSELERGUE Clément
Assistance à Mayre et d'Orange
www.mayre-clément@orange.fr - 06.07.90.75.42

La Table de Serviès

8 place des Platanes,
81220 Serviès

Café, restaurant, épicerie, dépôt de pain

WACK

partenaire officiel de la FFTT
Fédération Française de Tennis de Table

LE VRAI CONSEIL

pulsat

Motos Quads
LES CIRCUIITS DE L'AUBEPINE à partir de 4 ans à PUYLAURENS

www.aubepine-quad.fr
06 86 72 10 22

GARAGE DE LA BAJOLE
REPARATION CARROSSERIE

Nancy'L Esthétique
En Carbone! 81220 SERVIÈS

Tel. 07 84 00 37 17
Facebook Nancy'L Esthétique

Les Glycines
81220 Saint Paul Cap de Joux
Tel. 05 63 12 61 81

SA TERRASSE - BON CONFORT - SON CADRE RUSTIQUE - SES SPÉCIALITÉS

RUIZ ASSAINISSEMENT

EN CABANES 81500 MARZÈNS. TEL. 06.12.12.34.63 Ruizassainissement@gmail.com

Diminutiff
Culture mixte

05 63 70 61 52

6, Place de la Résistance
81220 St Paul Cap de Joux

Médical 'Oc
Matériel médical - Orthopédie

05 63 81 81 81
06 20 49 36 50

71 avenue Charles de Gaulle
81500 LAVAU

9 rue Henry IV
81220 SAINT PAUL, CAP DE JOUX