

# Zap' ping 29

N4  
Avril 2019

Comité du Finistère  
de Tennis de Table  
26 rue de Saint-Ernel  
29800 LANDERNEAU  
02 98 21 30 40  
[www.finistere.ping.fr/](http://www.finistere.ping.fr/)  
f <https://www.facebook.com/cd29tt/>

## COUP DE PROJETO !



**Initiation pour les écoles à Pont de Buis...**  
Le club a invité les écoles du secteur à découvrir le "ping" lors de séances d'initiation. Une vingtaine d'écoliers de CM1 et CM2, accompagnés de leur enseignante, se sont déplacés à la halle des Sports. Ils étaient encadrés par 3 animateurs du club, Valérie DIVERREZ (également Présidente), Laurent COAJOU et Mathieu PETON. Ce dernier, en stage d'animation, avait préparé la séance avec les conseils de Christophe. La séance de découverte a été très appréciée des élèves. A l'issue de la séance, les élèves ont reçu un bon pour une séance gratuite au club, pour les inciter à poursuivre... Belle initiative !

## ACTU

**Du côté des filles...le Trophée Team Filles...**  
Qu'en est-il cette saison pour le Trophée Team Filles ? 4 équipes se sont engagées pour la 1<sup>ère</sup> phase : TT des Abers, Le Folgoët/Lesneven, PPC Kerhuon, ASC Guiclan. Au terme des six rencontres aller-retour c'est l'équipe des Abers qui décroche le Titre. Félicitations aux joueuses ! Trop tardif malheureusement pour lancer une 2<sup>ème</sup> phase, rendez-vous la saison prochaine, avec le même mot d'ordre : s'amuser et faire du sport sans prise de tête !



**Championnats du Finistère...**  
C'est ce week-end que se dérouleront les 18<sup>ème</sup> Championnats du Finistère. 571 inscrits représentant 43 clubs, 298 jeunes, 262 seniors, 74 doubles jeunes, 99 doubles seniors, 11 handi... Participation en hausse de 6,30 %. Oui, ça fait du monde mais pas de quoi effrayer l'équipe du Folgoët/Lesneven qui sera aux petits soins pour recevoir tout ce monde dans une ambiance de fête du Ping ! Au fait... on change toujours d'heure (moi, j'dis ça...) !

**La saison des tournois...**  
Retenez la date : Tournoi Régional de Quimper le dimanche 21 avril à partir de 9 h 00 à la Halle des Sports d'Ergué-Armel. 10 tableaux proposés. Contact : Alain Garrec [contact.qctt@gmail.com](mailto:contact.qctt@gmail.com)

## REBONDS

**Le Ping prend à revers Parkinson et Alzheimer...**  
Outre ses vertus récréatives et de socialisation, chercheurs et médecins louent ses nombreux atouts pour la santé. « Ce qui est intéressant avec cette activité, c'est qu'elle est intermittente, avec des phases de jeu plus ou moins intenses, entrecoupées de courtes pauses de récupération. Elle a donc l'avantage de solliciter le système cardio-respiratoire, ce qui développe l'endurance », explique Sébastien Ratel. Cet enseignant-chercheur en physiologie de l'exercice à l'université Clermont-Auvergne énumère aussi les bénéfices pour la coordination, l'équilibre, l'adresse, la vitesse de réaction, la prise de repères spatio-temporels, la vision périphérique... Le Médicosport-santé, dictionnaire qui évalue quatre familles de paramètres (condition physique générale, système musculo-squelettique, fonctions cognitives, intérêt psychosocial), cote les effets potentiels du ping « très importants » – score maximal – sur les fonctions cognitives et la condition physique, et « importants » sur le système musculo-squelettique.

## Sur votre agenda

- Vendredi 5**  
Championnats Seniors  
J5 Ph 2
- Samedi 6**  
Championnat Jeunes  
J6 Ph 2
- Samedi 6**  
Championnat National  
N1 : Lille / RP Fouesnant  
N1 F : Agen / TT Loperhet  
N2 F : Thorigné-Fouillard/Loperhet  
N3 : Saint-Julien / RP Fouesnant  
N3 : St-Divy Sport TT / St-Avertin  
N3 F : Quimper CTT / TT Loperhet
- Samedi 6**  
Championnats Seniors  
J5 Ph 2
- Dimanche 7**  
Championnat Régional  
J5 Ph 2
- Mardi 9**  
Championnat Pro B Dames  
Quimper CTT / Saint-Quentin TT
- Samedi 20/Lundi 22**  
Championnat de France Vétérans (Essonne)
- Samedi 20/Lundi 22**  
Championnat de France Juniors/Minimes (14)
- Vendredi 26**  
Championnats Seniors  
J6 Ph 2
- Samedi 27**  
Championnat Jeunes  
J7 Ph 2
- Samedi 27**  
Championnat National  
N1 : RP Fouesnant / Lyon  
N1 F : TT Loperhet/St-P. les Elbeuf  
N2 F : Loperhet/St-Pierre les Elbeuf  
N3 : RP Fouesnant / Le Mans  
N3 : La Romagne / St-Divy Sport TT  
N3 F : TT Loperhet / St-Nazaire  
N3 F : Laval / Quimper CTT

Directeur de la publication :  
Stefano De Blasio  
Réalisation et rédaction :  
Hélène Huon, Aurélie Nedelec